

# શુભસંગ્રહ-ભાગ પહેલો ( ખાસ ઉપયોગી ૯૬ લેખો )

---

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય  
અમદાવાદ અને મુંબઈ-૨

મુલ્ય ચાર આના—એક રૂપીયાની પાંચ પ્રત

# ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ ગુજરાતી કૉપીરાઈટ વિભાગ ]

અનુક્રમાંક ૧૪૪૫૫ વર્ગીક

પુસ્તકનું નામ શુભચિંત-૧

વિષય ૯

શુભસંગ્રહ

ભાગ પેલો

ખાસ ઉપયોગી ૯૬ લેખો

આવૃત્તિ ચોથી, પ્રત ૫૩૦૦, કુલ પ્રત ૨૧૬૦૦, સં. ૧૯૮૪

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય તરફથી

સંપાદક અને પ્રકાશક: ભિક્ષુ-અખંડાનંદ

અમદાવાદ અને મુંબઈ-૨

મૂલ્ય ૦૧, પાંચ પ્રતનો ૧)

## પ્રત્યેક વાંચનારને સૂચના

આ પુસ્તકમાંની જે જે હકીકતો તમને વ્યાજખી લાગે તે તે મુજબ વર્તવા કાળજી રાખશો, તો તેથી તમને લાભજ થશે.

આવાં પુસ્તકો વાંચ્યા પછી ધરનાં તેમજ બહારનાં અન્ય સન્નનોને તે વાંચવા આપશો, કે વાંચી સંભળાવશો; એટલી તમે લોકસેવા બજાવી-એમ સમજશો.

આ “શુભસંગ્રહ”ના બીજા ભાગો પણ આવા ને આવા ખાસ ઉપયોગી લેખોથી ભરપૂર હોય તે દરેકનું કદ ૬૧૧ x ૧૦, તથા પાકાં પૃષ્ઠાં સાથે તેનું મૂલ્ય નીચે મુજબ છે:-

શુભસંગ્રહ-ભાગ બીજો-૫૪ પૃષ્ઠ ... મૂલ્ય રા.

શુભસંગ્રહ-ભાગ ત્રીજો- „ ૪૩૨ ... „ ૧૧

શુભસંગ્રહ-ભાગ ચોથો-છપાય છે.તે ૧૯૮૫ના શિયાળામાં નીકળશે.

શુભસંગ્રહ-વધુ ભાગો-દર વર્ષે એકાદ નીકળશે.

---

અમદાવાદ-‘સસ્તું સાહિત્ય મુદ્રણાલય’માં

લિક્ષુ-અખંડાનંદના પ્રબંધથી મુદ્રિત



## નિવેદન

પહેલી આવૃત્તિ વખતે આ ગ્રંથની ચારેક હજાર પ્રત વિવિધ ગ્રંથમાળાનાં ગ્રાહકોને ૧૯૮૨ ના અધિક ચૈત્રના અધિક અંકતરીકે અપાઇ હતી. ઉપરાંત બીજી તેટલી પ્રત એક ઉદાર સજ્જન-કે જેમણે પોતાનાં નામઠામ આપવાની ના કહી હતી તેમના ખર્ચથી અન્ય સજ્જનોને પણ વિનામૂલ્યે અપાઇ હતી. એ ઉપરાંત ત્રણ હજાર પ્રત બીજી આવૃત્તિરૂપે લેગાલેગી નીકળેલી, તે પણ તુરતમાં ખપી ગઇ. પુષ્કળ માગણી થવાથી ત્રીજી આવૃત્તિ પાંચ હજાર પ્રતરૂપે છપાઇ હતી. અને તે પણ ખપી જવાથી આ ચોથી આવૃત્તિ છપાઇ છે.

આ પુસ્તકદ્વારા રજુ થયેલા ટુંકા, પરંતુ હિતાવહ લેખોની સાથે, તે તે લેખકોનાં નામ તેમજ જે માસિકો, વર્તમાનપત્રો વગેરે ઉપરથી તે લેવાયલાં, તેઓનાં પણ નામ બનતાંસુધી અપાયાં છેજ. આ સ્થળે તે તે તમામ લેખક તેમજ તેના સંપાદક અને પ્રકાશક મહાશયોનો સપ્રેમ આભાર માનીએ છીએ.

આપાદ-૧૯૮૪

લિપ્તુ-અખંડાનંદ

## શુદ્ધિપત્ર

પૃષ્ઠ	પંક્તિ	અશુદ્ધ	શુદ્ધ
૩ ...	૧૦ ...	વિદ્યાર્થીની ...	... વિદ્યાર્થીની
૯ ...	૧૬ ...	આભ ...	... આભા
૧૨૯ ...	૨૪ ...	તૂટ્યાં ...	... ખૂટ્યાં
૧૫૫ ...	૨૪ ...	પ્રાર્થના ...	... પ્રાર્થના

# ગ્રંથવાંચનન ફાયદા

यस्यास्ति सद्ग्रन्थविमर्शभाग्यं किं तस्य शुक्लैश्चपलाविनोदैः ।

અર્થાત્—જેના ભાગ્યમાં સારા સારા ગ્રંથો વાંચવાવિચારવાના હોય તેના આગળ ચંચળ લક્ષ્મીના શુદ્ધ વિનોદ શી ગણત્રીમાં છે ?

મહાત્મા ગાંધીજી લખેછે કે:—“પુસ્તકોમાં હું ગુંથાયલો રહી શકતો તેથી મને ખે માસ વધારે જેલ મળત તોપણ હું કાયર નહિ થાત; એટલુંજ નહિ પણ મારા જ્ઞાનમાં ઉપયોગી વધારો કરી શકવાથી હું ઉલ્ટો વધારે સુખચેતનમાં રહેત. હું માનું છું કે, જેને સારાં પુસ્તકો વાંચવાનો શોખ છે; તે ગમે તે જગ્યાએ એકાંતવાસ સહેલાઈથી વેડી શકે છે. x x એક પછી બીજું, એમ પુસ્તકો વાંચતાં છેવટે તમે અંતર વિચાર પણ કરી શકશો.”

સ્વ૦ પઢિયાર લખે છે કે “બંધુઓ ! સારાં પુસ્તકો એટલે શું એ તમે જાણો છો ? સારાં પુસ્તકોની કિંમત તમે સમજો છો ? ભાઈ ! હજી આપણે એ નથી સમજતા. જે સમજતા હોઈએ તો આપણી હાલત આવી ન હોય. મને તો લાગે છે કે, જ્ઞાન એ આકાશ છે અને પુસ્તકો એ તેમાં શોભી રહેલા ચળકતા તારાઓ છે; જ્ઞાન એ સમુદ્રનો લાલ લઈ શકાય તેવાં વહાણો છે; જ્ઞાન એ સૂર્ય છે અને આપણા ઘરમાં આવી શકે એવો તેનો પ્રકાશ તે પુસ્તકો છે; જ્ઞાન એ સોનાની ખાણ છે, અને પુસ્તકો તે તેમાંથી ખનાવેલા આપણને બંધબેસતા થાય તેવા દાગીના છે; જ્ઞાન એ મોટામાં મોટી કિંમતી નોટો છે, અને પુસ્તકો તે આપણા રોજના ઉપયોગમાં આવી શકે એવા ચલણી સિક્કાઓ છે; જ્ઞાન વાયુ છે, અને પુસ્તકો તે એ વાયુને ખેંચી લાવી ઠંડક આપનાર પંખાઓ છે. જ્ઞાન એ અગ્નિ છે અને પુસ્તકો તે એ અગ્નિથી પ્રકટાવેલા દીવા છે; જ્ઞાન એ પૃથ્વી છે અને પુસ્તકો તે આપણને રહેવાલાયક મકાનો છે; જ્ઞાન તે અનાજનો ભંડાર છે, અને પુસ્તકો તે રોટલા છે; જ્ઞાન તે મેઘ છે, અને પુસ્તકો તે આપણા ઘરમાં રહી શકે તેવાં પાણી ભરેલાં માટલાં છે; અને જ્ઞાન તે સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા છે, અને પુસ્તકો તે એનો રસ્તો દેખાડનાર પૂજનીય દેવો છે.”

# ઉત્તમ જીવનચરિત્રોનો મહિમા

(અનેક અનુભવીઓના ઉદ્ગાર)

“ જીવનચરિત્ર એ એક પ્રકારનું દર્પણ છે. જેમ ચરીસામાં મનુષ્ય પોતાની મુખાકૃતિમાં ખાંપણ જુએ છે, ત્યારે તે ખાંપણને કાઢી નાખવા અને કાંતિમાં વધારો કરવામાટે પ્રયત્ન કરે છે; તેમ ચરિત્રરૂપી આરસી-થી પોતાના સ્વભાવમાં વળગેલાં બૂખણદૂષણ-ગુણરોષ તેના જોવામાં આવે છે અને તેમ થતાં દૂષણનો ક્ષય અને બૂખણમાં વૃદ્ધિ કરવાને તે જાગ્રત થાય છે. વળી જે કામ ઉપદેશ અથવા ભોધ કરવાથી નથી બનતું, તે કામ જીવનચરિત્ર સહેલાઈથી પાર પાડી શકે છે. અનિશ્રમ લાઈરિયા ભણો, દેશાટન કરો, સ્વદેશહિતેચ્છુ થાઓ, પ્રેમશૌર્ય દાખવો, એવા એવા ઉપદેશો મુખે અથવા પુસ્તકદ્વારા કરવાથી જેવી અને જેટલી અસર થાય છે, તેના કરતાં એવા ગુણોથી અંકિત થઈ પ્રખ્યાતિમાં આવેલા મહા-પુરુષોનાં ચરિત્ર વાંચી સમજવાથી અધિક અસર થાય છે. વાંચનારના સ્મરણસ્થાનમાં તેની આખા ઉંડી છાપ પડે છે અને પછી તે તેને અનુસરીને ઉત્તેજિત થઈને બહાર પડે છે. ”

“ ઉત્તમ ચરિત્રો તેના વાચકને બતાવી આપે છે કે, એક સામાન્ય મનુષ્ય પણ પોતાનું જીવન કેટલી હદસુધી ઉત્તમ બનાવી શકે તથા કેવાં ઉચ્ચ કાર્ય કરી શકે અને જગતમાં કેટલી બધી સારી અસરો ફેલાવી શકે. ”

“ ચરિત્રોના વાચનથી આપણું ચૈતન્ય સતેજ થાય છે, આપણી આશામાં જીવન આવે છે; આપણામાં નવું કૌવત, હિંમત અને શ્રદ્ધા આવે છે. આપણે આપણા ઉપર તેમજ બીજાઓ ઉપર શ્રદ્ધા રાખીએ છીએ, આપણામાં મહત્વાકાંક્ષા જાગે છે, આપણે રૂડાં કાર્યોમાં જોડાઈએ છીએ અને મોટાઓનાં કામોમાં તેમની સાથે હિસ્સેદાર થવાને ઉશ્કેરાઈએ છીએ. આ પ્રમાણે જીવનચરિત્રોના સહવાસમાં રહેવું, જીવવું અને તેમાંના દાખલાઓ જોઈને સ્ફૂર્તિમાન થવું, એ તે તે ઉત્તમ આત્માઓના સમાગમમાં આવવા બરાબર અને ઉત્તમ મંડળમાં સહવાસ કરવા બરાબર છે. ”



# અનુક્રમણિકા

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક	ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક
૧	ઓ હિંદુઓ ! તમે સાંભળો !	૧		વહેલી પડાવે પોકો. ...	૨૬ ✓
૨	તમારાં બાળકોમાટે ઉત્તમ શિક્ષણ ... .. ૨		૧૯	ચા-ફાફીનો વધુ ચિતાર	૩૨ ✓
૩	સાગર ઓળંગવાનો સેતુ	૩	૨૦	ગામઠીવનસ્પતિઓનીચ્હા	૩૪
૪	વટાળવાના ખ્રિસ્તીઓના પ્રયત્નો ... .. ૫		૨૧	ચ્હા એ શું ખોરાક છે ?	૩૫
૫	નોંવેલો અને કાલ્પનિક કથાઓ ... .. ૭		૨૨	ચ્હા અને ફાફી ...	૩૫
૬	હસવું એટલે શું ? ... ૮		૨૩	હંડી કુલશી મલાઈ !	
૭	જંજીરને ઝણકારે ! ... ૯			ગરમાગરમ ચ્હા ફાફી !	૩૬
૮	ઉજળા જીવનની સાધના	૧૧	૨૪	‘સેકેરીન’ દેશનિકાલ !	૩૭
૯	પુરુષોને એ બોલ ... ૧૧		૨૫	તમાકુના લકતોને ભયની ચેતવણી ... .. ૩૮ ✓	
૧૦	મુઠીવાદ અથવા મહેલા-તની શીલસુશી... .. ૧૩		૨૬	લક્ષ્મીનો વાસ... .. ૪૩	
૧૧	જીવજંતુઓની પ્રજા... ૧૩		૨૭	દોકરીને પણ દોકરા જેવીજ ગણો. ... ૪૪	
૧૨	ખેતીની ઉપજ અને કસ ઘટવાનું કારણ ... ૧૪		૨૮	ભાગ્યવિધાત્રી ... .. ૪૫	
૧૩	ચાલવાની આવશ્યકતા	૧૯	૨૯	ધરણી પહેરાવી બા-ળકોનાં ખૂન કરાવો !	૪૬
૧૪	હોળી શામાટે ? ... ૨૦		૩૦	ધર્મરૂપી ખાલા-કોણ કોનો શત્રુ છે ! ... ૪૮	
૧૫	આ તે મોટરગાડી કે મોતગાડી ! ... .. ૨૨		૩૧	સ્વપત્ની-વ્યભિચાર ... ૪૯	
૧૬	નહું જગત ... .. ૨૪		૩૨	ધૂમ્રપાન કરવાના ફાયદા !	૫૩ ✓
૧૭	બાળલક્ષ્મીને ભારે લક્ષ્મી અર્થ	૨૫	૩૩	બીડીના શોકીનો સાવધાન	૫૪
૧૮	ચાહ ફાફી ને કોકો,		૩૪	ગુમડાં વગેરે માટે કાળો સિંદૂરિયો મલમ ... ૫૫	
			૩૫	શિવાજી ન હોતા તો	

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક
	સુ-નત હોત સખકી	૫૫
૩૬	જીવાની માણવાની રીતો	૫૭
૩૭	શિવાજી-મુક્તિના યુગનો	
	પિતા ... ..	૫૮
૩૮	સાહિત્ય એટલે શું ?	૬૦
૩૯	પતિસ્તોત્ર ... ..	૬૧
૪૦	નવવધૂને ૧૧ ઉપદેશ...	૬૨
૪૧	સ્ત્રીનો દરજ્જો અને	
	માતાનો મહિમા ... ..	૬૩
૪૨	પરદેશી ખાંડ એટલે બ્ર-	
		૬૯
૪૩	મૃત્યુનો મહિમા અથવાં	
	કાણુ-મોહોકાણુ ... ..	૭૨
૪૪	શીતળાની રસીથી થતાં	
	મરણો ... ..	૭૭
૪૫	રખ્ખરનાં રમકડાંથી લાગુ	
	પડતું ઝેર ... ..	૭૯
૪૬	આરોગ્યવિષેનાં છૂટક	
	રમરણો... ..	૭૯
૪૭	ક્રોધથી માતાના ધાવણુમાં	
	ઉપજતું ઝેર ... ..	૮૧
૪૮	ચુનો અને તેની વપરાશ-	
	ના લાભ ... ..	૮૨
૪૯	એક પ્રકારના રંગની અ-	
	નુપયોગિતા ... ..	૮૪
૫૦	સફેતો ચોપડવાની જીવ-	

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક
	લેણ ફેશન ... ..	૮૫
૫૧	દેશી પેઇનકીલર ... ..	૮૬
૫૨	વિંછીના કેટલાક ઉપાય	૮૭
૫૩	ગુગળના ધૂપનો મહિમા	૮૮
૫૪	રાઈમીઠાની મહત્તા ... ..	૯૦
૫૫	કચકડાની વસ્તુઓ વાપ-	
	રવામાં પાપ છે. ... ..	૯૬
૫૬	લાકડાં બાળવાથી થતા	
	ફાયદા ... ..	૯૭
૫૭	ગૌચર કે ગૌચરણુ...	૧૦૧
૫૮	લાખોજીવાનસ્ત્રીઓનાં ખૂન	૧૦૫
૫૯	બહેનો ! આ વાત ન	
	ભૂલશો... ..	૧૦૬
૬૦	સ્ત્રીઓને સૂચના ... ..	૧૦૭
૬૧	મેખલા-પ્રયોગ ... ..	૧૦૮
૬૨	સત્યભામા અને દ્રૌપદી	૧૦૯
૬૩	સતીમાહાત્મ્ય ... ..	૧૧૧
૬૪	દૂધની ભૂકીની બનાવટ	૧૧૩
૬૫	શક્તિની દવા ખાધને	
	મરનારાઓ !... ..	૧૧૪
૬૬	દાદરનો સહજ-મક્ત	
	ઇલાજ ... ..	૧૧૬
૬૭	મહાત્મા કબીર અને	
	પાપીનો પસ્તાવો ... ..	૧૧૭
૬૮	મહર્ષિના અમર આત્માને	
	વંદન હો ! ... ..	૧૧૮

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક
૬૯	સ્વામી વિવેકાનંદનો એક મહામંત્ર ... ..	૧૧૯
૭૦	મૃત્યુલોકનું અમૃત-છાશ	૧૨૦
૭૧	કિંમત અગ્નિજ્વળની કે શાની ગણાય ? ...	૧૨૩
૭૨	“આગળ ધસો” માંથી સોનેરી વચનો ...	૧૨૩
૭૩	ક્યા જર્મની ભારત કા ઉપનિવેશ થા ? ...	૧૨૪
૭૪	જરા નેપોલિયન તરફ પથુ જ્વેશો ? ...	૧૨૪
૭૫	શરવીર પતિને મહા-સતીની ભેટ ... ..	૧૨૫
૭૬	એક કેળવણીકારનો અ-ભિલાષ ... ..	૧૨૮
૭૭	જીવતાનગતાન્નેગીઓ	૧૨૯
૭૮	સૌરાષ્ટ્રનો સપૂત ...	૧૩૨
૭૯	કેટલીક ધરાણુ બાળ-તોનું જ્ઞાન ... ..	૧૩૪
૮૦	કેટલીક ધરધતુ દવાઓ	૧૩૬
૮૧	તુલસીમાહાત્મ્ય—ધર્મ અને આરોગ્ય ...	૧૪૯
૮૨	જીવાનોને પડકાર ...	૧૫૪

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠાંક
૮૩	જ્ઞાનચારિત્ર્યને વધાર-નારાં વચનામૃત ...	૧૫૧
૮૪	આંખોની સંભાળ-કેવી રીતે વાંચવું ? ...	૧૬૩
૮૫	નિર્જનતાને આરે ...	૧૬૧
૮૬	પ્રાતઃકાળની શાંતિ-રોજ વહેલા ઉઠો ...	૧૬૧
૮૭	સ્ત્રીજાતિના હૃદયને જરૂર સમજજો, નહિ તો મોટા ગુન્હેગાર થશો. ...	૧૬૧
૮૮	પાણી સ્વચ્છ કરવાના કેટલાક ઉપાય ...	૧૭૦
૮૯	રામનવમી-રામજયંતિનો ઉત્સવ ... ..	૧૭૦
૯૦	ભારતીય સેવકો અને આગેવાનો ! ... ..	૧૭૦
૯૧	શિવાજી કી પ્રતિજ્ઞા ...	૧૭૦
૯૨	હર હર મહાદેવ ...	૧૭૦
૯૩	આનંદસાગર બ્રહ્મની આરાધના ! ... ..	૧૭૦
૯૪	સૌ છે એનું એ. ...	૧૮
૯૫	ગૃહદેવીઓનું મંગળગીત	૧૮
૯૬	કહાં હૈ વીરશૈર શિવરાજ ?	૧૮





## શુભસંગ્રહ-ભાગ ૧ લો

### ૧-ઓ હિંદુઓ ! તમે સાંભળો.

(મહાત્મા ગાંધીજીના લાપણમાંથી-“સૌરાષ્ટ્ર” તા. ૯-૮-૨૫)

આપણી મનોહર ધરતી ઉપર વસતી તમામ જાત અને કામ વચ્ચે બંધુતા, એને હું હિંદુમુસ્લીમ એકતા કહું છું. એ બંધુતા આપણે હાથે બંધાવી શું અશક્ય છે ? એ કાર્યક્રમ શું અનિષ્ટ છે ? પણ મેં તો એ વાતમાં હાથ ધોઈ નાખ્યા છે. મેં તો જાહેરાત કરી દીધી છે કે, આ દર્દની દવા કરનાર વૈદ્યતરીકે હું નાપાસ પડ્યો છું. હિંદુ અગર મુસલમાન કેાઈ પણ મારી ઔષધિ સ્વીકારવાને તૈયાર નથી; એટલે આ વિષયનું નામમાત્ર લઈ હું ચૂપ થઈ જાઉં છું. હું એટલુંજ કહેવા માગું છું કે, જો આપણી આ ભૂમિનો ઉદ્ધાર કરવાની આપણી ઇચ્છા હોય તો આપણે બંનેએ એક થયેજ છૂટકો છે; અને આપણે લલારે જો એવુંજ લખાયું હોય કે, આપણે એકબીજાનાં લોહી વહેવડાવ્યા-સિવાય ભેટવાનાજ નથી, તો તો હું કહું છું કે, એ લડાઈ કાલ થતી હોય તો આજે થાવ અને જલદી થાવ. જો આપણે એકબીજાનાં માથાંજ કાપવાં છે તો ચાલો, એ કામ મરદાનગીને શાભે તે પ્રમાણે આપણે કરીએ તો તો એકબીજાને માટે ખોટાં આંસુ પાડવાનાં છોડી દઈએ, એકબીજાની સહાનુભૂતિ માગવાનું છોડી દઈએ.

અને અસ્પૃશ્યતાના શાપમાંથી હિંદુનો છૂટકારો કરવો એ અનંતકાળ ચાલે એવો અગર તો અશક્ય કાર્યક્રમ છે? હિંદુ એ સુંદર વદન ઉપર જ્યાંસુધી અસ્પૃશ્યતાનું કલંક ચોંટ્યું છે, ત્યાં સુધી સ્વરાજપ્રાપ્તિ એ છેકળ અશક્ય વસ્તુ છે, એમ હું ઘાંડી પીટી કહું છું. કદાચ ડાહિયાંગ સ્ટીટથી સ્વરાજની ભેટનું પાર્સલ હિંદુસ્તાનમાં આવી પહોંચે, તોપણ જ્યાંસુધી આ શાપનું નિવારણ નથી થયું ત્યાંસુધી એ ભેટ એ ઝેર છે. અસ્પૃશ્યતાનિવારણના પછીનાં પગલાં શું છે? એ સનાતની હિંદુઓ! તમારાજ એક સનાતની હિંદુના મોઢાં આ શબ્દો સાંભળો. અસ્પૃશ્યોની સાથે ખાવાપીવાનો વહેવ રાખવાનું હું નથી કહેતો. અસ્પૃશ્યોની સાથે બેટાબેટીનો વહેવ કરવાનું હું નથી કહેતો; પણ એટલુંજ કહું છું કે, તમારી સેવા ઉઠાવે તો તમે પણ એને તમારી નજીક રાખો. એને તમારાથી અસ્પૃશ્ય ન રાખો. ધર્મને નામે વધોં થયાં આપણે એને બેટીમાં રાખ્યા અને આપણી એ સેવા ઉઠાવે છે. સેવા કરનારનો એ અધિકાર છે એને આપણે આપણાથી અસ્પૃશ્ય ન બનાવીએ. કલકત્તાના રે હિંદુઓ! તમે સાંભળો! હિંદુધર્મ આજે તોળાઈ રહ્યો છે અને ત અસ્પૃશ્યોનો ઉદ્ધાર નહિ કરો તો એનું જાખડું બેસી જવાનું છે.

## ૨-તમારાં બાળકોમાટે ઉત્તમ શિક્ષણ

જાપાનમાં નિશાળે ભણતા પ્રત્યેક બાળક સાથે નીચલા લાવવાતમીત શિક્ષક અને વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે એકાદ વખત પણ થાય છે

શિક્ષક:-તું આવડો મોટો શાથી થયો ?

વિદ્યાર્થી:-ખોરાક ખાવાથી.

શિક્ષક:-એ ખોરાક ક્યાંથી ઉત્પન્ન થયો ?

વિદ્યાર્થી:-આપણા દેશ-જાપાનની જમીનમાંથી.

શિક્ષક:-વારૂ, ત્યારે તો તારૂં શરીર જાપાનનીજ જમીનમાં



ઉત્પન્ન થયું છે અને એનાથીજ એનું પાલનપોષણ થાય છે. માતા-પિતાવડે એ પેદા થયું છે તોપણ એ માતાપિતાની શક્તિ પણ જનપાનની બહારની તો નથીજને ?

વિદ્યાર્થી:-નાજી.

શિક્ષક:-ત્યારે તો જનપાનને-આપણી માતૃભૂમિને પૂરેપૂરો અધિકાર છે કે જ્યારે યોગ્ય લાગે ત્યારે તારું શરીર એના ઉપયોગને માટે લઇ લે !

વિદ્યાર્થી:-જી હા, એ વખતે મારું કોઇ પણ બહાનું ચાલેજ નહિ.

એટલીજ વાતચીતથી માતૃભૂમિમાટે પ્રાણસમર્પણ કરવાનો ભાવ જનપાનીસ વિદ્યાર્થીની નસેનસમાં પ્રવેશ કરી જાય છે.

ખરેખર ધન્ય છે એ નાનાં નાનાં બાળકોને કે જેમની બુદ્ધિમાં બચપણથીજ આવી મહત્ત્વની વાત ઠસાવવામાં આવે છે, ઠસી જાય છે અને આચરણમાં ઉતરવા માંડે છે ! આપણા દેશમાં તો એક બાળુ વિદ્વાન પંડિતજી અને બીજી બાળુ આત્મિક જ્ઞાનિલ મોલવી સાહેબ, શતાબ્દીઓ વીતી ગઈ તોપણ એટલું વ્યાવહારિક સત્ય નથી સમજ્યા કે આપણે હિંદુ અને મુસલમાન એકજ માતા-(ભારત)નાં સંતાનો છીએ અને એકજ માતાનું દૂધ (અન્ન) પીએ છીએ એટલા માટે સગા ભાઈઓજ છીએ.

## ૩-સાગર ઓળંગવાનો સેતુ

( “નવયુગ”-શ્રી વસવાણીના લેખમાંથી )

હિંદુસ્તાને ઘણીએ ગાઢ નિદ્રા લીધી છે; પણ, આજે તે જાગે છે. એની આંખ જ્યારે ચેતનથી વિકસશે, એનું હૃદય જ્યારે આત્મજ્ઞાનથી જળહળશે ને એને જ્યારે સ્વરૂપનું આત્મજ્ઞાન આવશે, ત્યારે સ્વરાજ એની હથેળીમાં હશે. આજે એની જાગૃતિમાં ઉણપ રહી છે; આજે હજી આમ્યપ્રવેશ અધુરો રહ્યો છે. ગામેગામ રાષ્ટ્રનો સંદેશ ફરી વળવો જોઈએ; ગામેગામ કુમારોનાં સૈન્યોએ રાવટીઓ નાખવી

જોઈએ. એ કુમારોની સેના બોલે તે પહેલાં વિચાર કરે. ભૂતકાળમાં હિંદની કથી દશા હતી અને આજે એની શી દશા થઈ છે, એ બધું ડેરા ઠોકનારાઓએ જાણી લેવું જોઈએ. આજની અધોગતિનું મૂળ-કારણ તેમણે શોધવું જોઈએ. ‘સ્વદેશી’થી આપણી આઝાદીની લડતને કેવો ને કેટલો વેગ મળી શકે છે, એ દરેકે સમજી લેવાનું છે. સામ્રાજ્યવાદની છાતીમાં પ્રજાઓને ચૂસીને એકઠું કરેલું લોહી ધબકે છે. આપણે એક વખત આર્થિક શોષણને અટકાવી શકીએ તો સામ્રાજ્યવાદ આપણી આગળ પાંગળો થઈ પડે. નાના ગૃહઉદ્યોગોના વિકાસમાં જનતાનો ઉદય છે ને એ વિકાસ હિંદુસ્તાનને બ્રિટિશ સામ્રાજ્યવાદનાં જડબાંમાંથી છોડાવે છે.

આત્મજ્ઞાન આવશે ત્યારે શ્રદ્ધા જન્મશે. આજે હિંદમાં તો ભયની ધ્રુજરી ચાલી રહી છે. એક અધિકારી પણ ગામડીઆઓને થથરાવે છે; એક પોલીસ પણ ગામડીઆઓને થથરાવે છે; એક પોલીસ પણ પટેલને દબાડાવે છે અને માંડ માંડ જીવન ખેંચતા ખેડૂત-ને ત્રાસથી પોતાની મજૂરીમાંથી ભાગ આપવો પડે છે. આજે એકે એક ખાતામાં લાંચની બ્રજતા પેડી છે. લોકોમાં હિંમત નથી કે તેઓ લાંચ-રશ્વત આપવાની ના જણી શકે. લોકો તો પોલીસોને-અધિકારીઓને સર્વશક્તિમાન લેખે છે; અને આ બીકને લીધે તેઓ દીનને મારે છે. યુવકોએ તો વીરતાનો સંદેશ આપવાનો છે ને બીરુતાને ભગાડવાની છે.

શ્રીરામચંદ્રજી કહે છે કે, જનની ને જન્મભૂમિ તો સ્વર્ગથીએ ગરવાં છે. ઋષિસંતાનોને જન્મ દેનારી હિંદની પુણ્યભૂમિ શું જગદ-ગુરુ નહિ બની શકે? હિંદમાં શ્રદ્ધા મૂકો, એના ભાવિમાં વિશ્વાસ રાખો. જેટલી શ્રદ્ધા હશે તેટલી વીરતા હશે. જે જ્ઞાનમાં પારકાની નિષ્કાળજી છે, તે જ્ઞાનમાં ભીતિની ભીંતો છે ને તેથી તમારા અંતરમાં પ્રેમ રાખજો, ધિક્કાર રાખજો મા! વીર હનુમાનને હિંદ તો અલભ્ય લેખે છે. તેણે પુસ્તકો નથી વાંચ્યાં, પણ એનામાં જ્ઞાનપ્રકાશ હતો ને શ્રદ્ધાજ્યોત હતી. એણે સાગર ઓળંગ્યો, ત્યારે એનામાં ભય

નહોતો. એણે તો શ્રદ્ધાના ચેતનબળથી સેતુ બાંધ્યો, પથરે પથરે એણે રામનામની આસ્થા ઉતારી અને રામલક્ષ્મણની બેલડીએ લંકામાં લશ્કર દોર્યું, સારે આ સાગરને આપણે કાં ન ઓળંગીએ ? કાં હનુમાનની શ્રદ્ધાથી સેતુ ન બાંધીએ ? અને બાંધીશું ત્યારે સ્વરાજ આપણું છે.

## ૪-વટાળવાના ખ્રિસ્તીઓના પ્રયત્નો

(દૈનિક “હિંદુસ્થાન”માંથી)

વરતેજથી લાઈ મૂળચંદ પારેખ નીચે પ્રમાણે લખી જણાવે છે:-  
હિંદુસ્થાનની વસ્તીનો લગભગ પાંચમો ભાગ એટલે છ કરોડ મનુષ્યો અસ્પૃશ્ય ગણાય છે. આમાંના મોટા ભાગ દક્ષિણ હિંદુસ્થાનમાં છે. ઉચ્ચ જ્ઞાતિના બંધુઓ તેમનો સ્પર્શ કરતા નથી, સ્પર્શ કરવામાં પાપ માને છે. પૂજ્ય મહાત્મા ગાંધીજીને આ દૃશ્ય અસહ્ય લાગવાથી તેઓશ્રીએ અત્યંતેદ્ધારનું કામ હાથ ધર્યું. આ કાર્યને સનાતનીઓએ વખોડી કાઢ્યું તેથી તેઓ પૂં ગાંધીજીની વિરુદ્ધ વર્તન કરવા લાગ્યા. પરિણામે ખ્રિસ્તી મીશનરીઓ, જે હિંદુધર્મ પાળતા અત્યંતેદ્ધારને ખ્રિસ્તી બનાવવાનું કામ કરતા હતા તે પગલર થયા.

### ખ્રિસ્તી મીશનરીઓના પ્રયત્નો

મીશનરીઓએ ક્રાઈસ્ટને નામે છ કરોડ અસ્પૃશ્યોની ઉન્નતિ કરવાનું જાહેર કરી તે કામ આજે ઘણાં વર્ષ થયાં હાથ ધર્યું છે. પૈસાની મદદ તેમને યુરોપ-અમેરિકામાંથી થોકબંધ મળે છે; કારણ કે પોતાના ધર્મમાં એક પણ માણસની વૃદ્ધિ થાય તેમાં પુણ્ય મનાય છે, તેથી આ પુણ્યના કામમાં પૂરતી મદદ વિલાયતની સરકાર તથા ત્યાંની પ્રજા કરે છે. બે દિવસ પહેલાંજ નવસારીના મીશન ખાતાને અમેરિકાથી પાંચ હજાર ડૉલર(લગભગ સોળ હજાર રૂપિયા)નો ચેક આ કાર્યના પ્રચારમાટે મળ્યાનું સાંભળ્યું છે.

મદ્રાસ ઈલાકામાં એક મીશનરી સંસ્થા છે, કે જેમાં ૧,૨૦,૦૦૦

ખ્રિસ્તી થઇ ગયેલા અસ્પૃશ્યો છે. આ સંસ્થા તરફથી ૧૦૦૦ પ્રાથમિક શાળાઓ, તેર આશ્રમો, બે હાઈસ્કૂલો અને એક કૉલેજ ચલાવવામાં આવે છે; એકંદરે ૨૪૦૦૦ ખ્રિસ્તી થયેલા અસ્પૃશ્યોને કેળવણી આપે છે. દર વર્ષે ૧૨૦૦૦ નવા અસ્પૃશ્યોને ખ્રિસ્તી બનાવે છે. આ સંસ્થામાં મોટે ભાગે બધા ખ્રિસ્તી થઇ ગયેલા અસ્પૃશ્યોનું કામ કરે છે. તેમાં ૮૦ અસ્પૃશ્ય ખ્રિસ્તી પાદરીઓ છે, જે બીજા અસ્પૃશ્યોને વટાળવાનું કામ કરે છે. ઉપરની હકીકત તો માત્ર મદ્રાસ ઇલાકાની એક જ સંસ્થાની છે. આવી રીતે બીજી પણ અનેક સંસ્થાઓ મુંબઈ ઇલાકામાં, બંગાળામાં, પંજાબમાં વગેરે સ્થળે કામ કરતી હશે.

**સનાતનીઓએ ચેતવાની જરૂર છે.**

આવી રીતે એક જ પ્રાંતમાં દર વર્ષે આપણા ૧૨૦૦૦ હિંદુભાઈ-ઓ-એક જ પિતાના પુત્રો-આપણા જ વર્તનથી ખ્રિસ્તી થઈ જાય છે! હિંદુસ્થાન આખામાં તો લાખોની સંખ્યાને વટલાવતા હશે; ત્યારે હજી પણ શું સનાતનીઓ અસ્પૃશ્યોનો વિરોધ કરી આ હલકી ગણાતી કામની ઉન્નતિને માટે કંઈ પ્રયત્નો નહિ કરે ?

**શાળા અને આશ્રમોની જરૂર**

અસ્પૃશ્યોના ઉદ્ધારમાટે આપણી દિલસોજી ન હોવાથી અને આપણે તેમને હડધૂત કરતા હોવાથી તેઓ મીશનરીઓની નિશાળો અને આશ્રમોમાં દાખલ થઈ ખ્રિસ્તી થઈ જાય છે. આપણે આપણા રામ અને કૃષ્ણને ભજનાર લાઈઓને બીજા ધર્મમાં વટલાતા અટકાવવા હોય તો સનાતનીઓ તેમજ દરેક ચુસ્ત હિંદુની ફરજ છે કે, તેઓએ અંલજ શાળા તથા આશ્રમો સ્થાપવાં અને તેવી સંસ્થાઓ હોય તેને પૂરતી મદદ આપવી કે જેથી તે સંસ્થામાં અસ્પૃશ્યો કેળવણી લઈ ખ્રિસ્તી નિશાળો અને આશ્રમોમાં જતા અટકે અને હિંદુ ધર્મ પાળી શકે.

**સ્વધર્મરક્ષા અને સ્વરાજ્ય**

સનાતનીઓના અંત્યજપ્રત્યેના વિરુદ્ધ વર્તનને લીધે હિંદુધર્મની રક્ષા થવાને બદલે ધર્મનો હાથ ચતો જાય છે. આ અંત્યજ જે

હિંદુધર્મ છોડી ખ્રિસ્તી કે મુસલમાનધર્મી થઇ જાય છે, તો પછી આપણી સાથે તેઓ છૂટથી હળા મળી શકે છે. સારી કેળવણી પામેલા આવા વટલેલા અંત્યજ ભાઈઓ તો આપણી ઉપર અમલદાર પણ થઇ આવે છે અને શેઠાઇ બોગવે છે, જે આપણે મૂંગે મોઢે સહન કરીએ છીએ. હિંદુ ધર્મ છોડવાની ફરજ આપણે તેઓને આપણા પોતાના વર્તનથીજ પાડીએ છીએ. આડકતરી રીતે આપણે આપણા પોતાના ધર્મનો ક્ષય કરીએ છીએ.

આપણે સ્વરાજની વાતો કરીએ છીએ; પરંતુ આ મીશનરીઓ અંત્યજની સેવા કરી તેને પોતાના કરી તેઓને એવી રીતે તૈયાર કરે છે અને સરકાર પાસે કહેવરાવે છે કે, અમારે સરકારનું રાજ્ય જોઇએ છીએ, હિંદુઓનું રાજ્ય અમારે નથી જોઇતું. આનો સાક્ષાત્ દાખલો પ્રિન્સની હિંદુસ્તાનની મુલાકાત વખતે જ્યારે તેમની મુલાકાતનો બંધાએ બહિષ્કાર કર્યો હતો ત્યારે મીશનરીઓએ અસ્પૃશ્યોની એક ક્રાન્ડરન્સ દિલ્હીમાં તે સમયે ખોલાવી, જ્યાં ૩૦,૦૦૦ (ત્રીસ હજાર) અસ્પૃશ્યોને એકઠા કર્યા અને પ્રિન્સને ઉપર મુજબ સંદેશો અપાવ્યો. આવી રીતે આપણા ધર્મનું છેદન ઉઘાડી રીતે થયા કરે છે; આપણે સવેળા ચેતવાની જરૂર છે. અંત્યજોના સ્પર્શ માટે વાંધો હોયજ નહિ, છતાં કોઇને વાંધો હોય તો તેઓ પણ અત્યંતજોદારના કામમાં તન, મન અને ધનની મદદ કરી શકે છે, પછી સ્નાન કરી દેહશુદ્ધિ કરી શકે છે. અંત્યજવિરુદ્ધની ચળવળથી નક્કી હિંદુધર્મનો ક્ષય થતો જાય છે અને થતો જશે. તે થતું અટકાવવું તે દરેકે દરેક હિંદુની ફરજ છે.

## ૫—નોવેલો અને કાલ્પનિક કથાઓ

(લેખક—મણિલાલ યુનીલાલ ભટ્ટ; “યુજરાતી” તા. ૨૧-૨-૨૬)

હાલમાં નોવેલો અને કાલ્પનિક કથાઓનું વાચન અધિક પ્રમાણમાં નજરે પડે છે અને તે વિશેષ પ્રમાણમાં છોકરાઓ અને યુવાનોમાં

જોવામાં આવે છે.

કેટલાક અંતઃકર્તૃત્વપદાભિલાષી તેમજ અન્ય જનો નોવેલો અને કલ્પિત વાર્તાઓ બહાર પાડે છે; અને તેનો મોટો સમુદાય મદન અને સ્ત્રીવિષયક વસ્તુથી ભરેલો હોય છે. એવા વાચનથી કેટલાક અવિચારી યુવાનો અને છોકરાઓ પોતાનું શ્રેય નહિ સમજી અનીતિના ગર્તમાં ઉતરી પડી શારીરિક તથા માનસિક શક્તિની અને ધનની ખરાબી કરે છે.

સુશિક્ષિત પુરુષો અને સ્ત્રીઓએ પોતાનાં છોકરાંઓને એવા વાચનથી દૂર રાખવાં જોઈએ. યુવાનોએ પણ સમજવું જોઈએ કે, એવા વાચનથી આપણાં મન અને નીતિ ઉપર ખરાબ અસર થાય છે, માટે ઉત્તમ પુસ્તકોનું વાચન રાખો, કે જેથી તમે ઐહિક તેમજ પારલૌકિક શ્રેય સાધી શકશો. ઇતિ શમ્.

## ૬-હસવું એટલે શું ?

( “પ્રજામિત્ર અને પારસી” ઉપરથી )

હસતો ચહેરો કેને પસંદ પડતો નથી ? દરેક જણ બળિયલ અને કુંજરા ચહેરાને બદલે હસતો અને આનંદી ચહેરો જોવા માગે છે. જેઓ આનંદી તંદુરસ્તી ધરાવે છે, તેઓ સદા હસ હસ કરે છે. ખિમારો અને પોતાની તબિયત બગડી જતી હોવાનો વહેમ રાખનારાઓજ ખુદાની કિંમતી બક્ષીસરૂપ હસવાથી અને આનંદી સ્વભાવથી દૂર રહે છે. હસતાં રહેવાથી અનેક લાભો થાય છે. એક પ્રખ્યાત જર્મન તબીબ કહે છે કે, હસવાથી શરીરમાંનું લોહી ગરમ રહે છે, હસવાથી આપણી નાડ ખરાબર નિયમિત ચાલે છે, હસવાથી આપણા ખરડાનો કાંઠો મજબૂત બને છે અને હસવાથી તનમાં તાજી હિંમત આવે છે. હસવું જીવનશક્તિમાં વધારો કરે છે. ખુશાલી અને આનંદી સ્વભાવ ચેતનશક્તિ વધારે છે. હસવું અને હસમુખો સ્વભાવ શરીર અને આત્માને મજબૂત અને તંદુરસ્ત રાખે છે. હસવું એ જીંદગીમાંટે ખાસ જરૂરી છે. તંદુરસ્તી અને સુખનો આધારજ હસવું છે. હસવું એ

એક પ્રકારની શક્તિ વધારનારો ધ્યાન છે. એક તબીબ તો આગળ વધીને કહે છે કે, ખોરાક કરતાં પણ હસવું વધારે ઉપયોગી છે.

## ૭-જાંજીરને ઝણકારે !

(“ગાંડીવ” તા. ૧૩-૧૨-૨૫ માંથી. લેખક-વિનાયક સાવરકર)

(વિનાયક સાવરકર અને ગણેશ સાવરકરનાં નામ કોણે નથી સાંભળ્યાં ? ગણેશપત્ની સ્વ. યશોદામાધને પોતાના હૃદયદેવને સારા જીવનમાટે વિયોગ થયો હતો. પોતાની ગાદમાં ઉછરેલો એક દિયર બાલ પણ સરકારની જાંજીરમાં જકડાયો હતો; પણ પ્રેમદેવી ભાભીને કાળે ધનધોર આકાશમાં એક તારલીઓ ચમકતો હતો. બેરીસ્ટર થઇને બીજો દિયર વિનાયક વિલાયતથી આવશે અને જીવનમાં ઉલ્લાસની કંઈક રેખાઓ આંકશે, એવી તેને આશા હતી; પરંતુ ૧૯૧૦ ના માર્ચમાં છઠ્ઠીસ વરસની નાજુક ઉંમરે વિનાયક પણ વિલાયતમાં ગિરફતાર થયો. પોતાની પરહેજના સમાચાર વિનાયકે ભાભીને મરાઠી કાવ્યરૂપે મોકલ્યા. તે કાવ્ય આ—)

“વૈશાખનો ચંદ્ર આકાશમાં મીઠું મીઠું હસી રહ્યો છે. સફેદ ચંદ્રિકા ઇમારતોપર ચાલ પ્રસારી રહી છે. જામ ફૂલની જે વેલડીને “બાલે” જાતે જળ સિંચેલાં, તે પોતાનાં નાનકડાં ફૂલોના મધમધાટથી મહેકી રહી હતી. બધાં સગાંવહાલાં ઘેર આવ્યાં હતાં. માંડ ધર જાણે ગોકળાઉં બની રહ્યું હતું. એ નવજવાનોનું દેશધેલાપણું, પવિત્રતા અને આત્મચાગની પ્રતિભા જોઇ કીર્તિસુંદરી પણ થનથન નાચી રહી હતી. જીવાનીના નવલોહીઆળા પ્રાણ હૃદયપુષ્પને પ્રકટાવી રહ્યા હતા—તેની સુવાસ વહાવી રહ્યા હતા. ગામના લોકો જેને ધર્મશાળા કહેતા, તે એ ધામ દિવ્ય ફૂલવેલોથી બગીચા જેવું બની રહ્યું હતું. એ વેળા મારી વહાલી ભાભી ! તારા પ્રેમને રસે રસાળતાથી ઉભરાતું ભોજન તું બનાવતી હતી. વાતોને હિંચકે હિંચતા અમે ચાંદરણામાં ભોજન કરી રહ્યા હતા. કદી કદી શ્રીરામચંદ્રના વનવાસનું પુરાણ ઉકેલાતું—બીજી પળે ઇટાલિ દેશની સ્વતંત્રતાનો ઇતિહાસ કોઇ ઉપાડતું—વીર

તાનાજનાં અદ્ભુત શૈયંગીત લલકારાતાં, અથવા તો ચિતોડગઢ કે પૂનાના શનિવારવાડાનો મહિમા ગવાતો ! એ વેળા મારી માતૃભૂમિ ગુલામીની ખેડીઓમાં જકડાયેલી, દુસ્ખનોના તીરથી છિન્નભિન્ન થયેલી મારી અનાથ હિંદમૈયા પણ સાંભરતી; અને તેના દુઃખથી હૈયામાં ચિરાડ પડતાં તેની મુક્તિને કાળે મારા ભાઈને હું ઉપદેશ દેતો.

પ્યારી ભાભી ! એ રમ્ય સમય, એ સગાંઓનો મીઠડો સહવાસ, એ ચંદ્રપ્રકાશ, એ નવનવી કથાઓ, એ રમણીય રાતો, દેશમાતાને મુક્ત કરવાનો દિવ્ય ઉદ્ધાસ અને તેને પૂર્ણ કરવાને કરેલી ઉમ્મ પ્રતિજ્ઞાઓ-સાંભરે છે ? સાંભરે છે, મારી ભાભી !

સાંભરે છે, ભાભી ! એ વેળા યુવકસંઘ પોકારતો, અમે “બાજ પ્રભુ” થયું. યુવતીઓ સર્વ મસ્તક ડોલાવી કહેતી-અમે ચિતોડની વીરાંગનાઓ બનીશું ! એ વ્રત, માડી ! અંધવૃત્તિથી નહોતાં લેવાયાં ! એ દિવ્ય જ્વાળામાં પ્રજળવાતું સતીવ્રત, અમે જાણી-સમજીને સ્વીકારેલું.

દેવિ ! પ્રિયજનો સાથે કરેલી એ પ્રતિજ્ઞાઓ સાંભારે અને ભાળે ! પૂરાં આઠ વરસ વીતે ન વીતે ત્યાં તો મારો ઉદ્દેશ કેટલો સફળ થયો છે ! એ વેળાએ કહોને, હરખે હૈયું શે ન ઊભરાય ? જુઓ, જુઓ ! કન્યાકુમારીથી માંડીને હિમાલયના ગૌરવોન્નત મસ્તક સુધી હાહાકાર પ્રવર્તી રહ્યો છે. રઘુવીરનાં ચરણોમાં ભક્તોની ભીડ જન્મે છે-ખીજ બાજુ યજ્ઞકુંડમાં પણ હેાળી પ્રકટી રહી છે. એ યજ્ઞ કરવાની દીક્ષા લેનારાઓની પરીક્ષાનો, કસોટીનો અવસર આવે છે-અને રઘુવીર પ્રભુ પૂછે છે:-“સમસ્ત સંસારના મંગળ કાળે, આ અગ્નિમાં કેાણુ પોતાની આહુતિ આપશે ?” ભાભી ! એ દિવ્ય નિમંત્રણ મળતાં મેં ગર્જના કરી-“તૈયાર છે માઈ કુળ, તૈયાર છે માઈ સાઈય કુટુંબ !” ને એ ખોલે ખોલે જાણે મેં ઈશ્વરી સન્માન મેળવ્યાં. ધર્મને કાળે દેહ ન્યોછાવર કરવાનાં અમારાં વેણુ હતાં ! વ્યર્થ નહોતાં ભાભી ! તે વ્યર્થ નહોતાં ! અપાર યાતનાઓ વેદતાંએ માઈ ધૈર્ય નહિ ખૂટે-મારો યોગ નહિ તૂટે ! એ વેળા પ્રિયજનોની સોડમાં કરેલી પ્રતિજ્ઞાઓ આજે



પૂર્ણપણે સત્ય નિવડી છે. મારી માડીની જ'જીરે તોડવા કાળે પ્રકટેલી યજ્ઞવાળમાં, મારા સ્વાર્થને-મને પોતાને હોમી દબને હું કૃતાર્થ થયો છું.”

## ૮-ઉજળા જીવનની સાધના

(“ક્ષત્રિય” માગશર-૧૯૮૨ ના મુખપૃષ્ઠપરથી ઉતારો)

ઉત્તમ પ્રજાજીવનના આદર્શપ્રત્યેની દોડમાં આગળ વધવું છે કે પાછળ પાછળ ધસડાઈ જવું છે? એ પ્રશ્ન આપણા નવજીવાનોના જીવનમાં ગુંથાઈ ગયેલો હોવો જોઈએ.

વિકસિત અને પ્રભાવશાળી પ્રજાજીવનનાં સોનેરી સ્વપ્નો સાચાં કરવા માટે સાચો વિકાસ પામેલું વ્યક્તિજીવન અને જોસદાર સંઘખળ જોઈશે; જીવનને નીચે ને નીચે ધસડી જનાર પ્રચલિત વ્યક્તિહીન અને સામાજિક જીવનની સંકુચિત ભાવનાઓને છેલ્લી સલામ કરવી પડશે.

સંઘ-સાંકળની શક્તિ તેમાં રહેલી વ્યક્તિ-કડીઓના ખળથી અંકાય છે. આપણા સંઘની એકે એક વ્યક્તિ જોમદાર અને પ્રેરણા પામેલી હોવી જોઈએ. આમ હશે તોજ આપણું સંઘજીવન અને પ્રજા-જીવન ઉજળું બની શકશે.

આપણી પાસે લવ્ય ભૂતકાળ છે, સુંદર ભાવિનાં સોનેરી સ્વપ્નો છે, પ્રેરણા છે-અને એ સૌથી વધારે મહત્ત્વનું આપણી નસોમાં જોસ-થી વહેતું યૌવનનું ઉકળતું લોહી છે!

ઉજળા પ્રજાજીવનની સાધનામાટે કાળા માથાના માનવીને બીજાં કયાં સાધનો જોઈએ?

## ૯-પુરુષોને એ બોલ

(સ્વામી વિવેકાનંદના સદુપદેશોમાંથી)

“જે સ્ત્રીજાતિ તમારા સુખદુઃખની ભાગિયણ છે અને સદાકાળ-ને માટે પોતાનું સર્વસ્વ તમને અર્પણ કરી રહી છે, તેમને શિક્ષણ

આપવા તથા ઉન્નત બનાવવાને માટે તમે શું પ્રયત્ન કરો છો ?”

“જે દેશમાં, જે પ્રજામાં નારીપૂજા નથી, તે દેશ, તે પ્રજા કોઈ કાળે મહાન કે ઉન્નત થઈ શકે નહિ. નારીરૂપી શક્તિ-મૂર્તિની અવગણના કરવાથીજ આજે તમારું અધઃપતન થયું છે.”

“અત્યારે પણ આ દેશની કન્યાઓમાં અને સ્ત્રીઓમાં જેવું સહવર્તન, સેવાભાવ, સ્નેહ, દયા, સંતોષ તથા પતિભક્તિ જેવામાં આવે છે, તેવું પૃથ્વીના ખીજા કોઈ ભાગમાં મેં જોયું નથી.”

“એકમાત્ર ભારતવર્ષની કન્યાઓને જેવાથી આંખો ઠરે છે. તેમનામાં લજ્જા-વિનય આદિ સદ્ગુણો દજી પણ જેવા ને તેવાજ રહી શક્યા છે. આવાં સરસ સાધનો હોવા છતાં તમે સ્ત્રીજાતિની ઉન્નતિ કરી શકતા નથી !”

“મહામાયાની સાક્ષાત્ પ્રતિમા જેવી સ્ત્રીજાતિનો તમે ઉદ્ધાર નહિ કરો અને દેવતુલ્ય ગરીબ વર્ગને જાગ્રત નહિ કરો, ત્યાંસુધી તમારા દેશનો ઉદ્ધાર નથી.”

“તેઓમાં જ્ઞાનનો પ્રકાશજ ફેલાવવાનું કાર્ય તમારે કરવાનું છે. યોગ્ય શિક્ષણ મળે તો તમારા દેશની સ્ત્રીઓ દજી પણ ‘આદર્શ’ સ્ત્રીઓ બની શકે તેમ છે.”

“જે જે આદર્શ નારીઓ થઈ ગઈ છે, તે સર્વ પવિત્ર સન્નારીઓનાં જીવનચરિત્રો કન્યાઓની નજર આગળ તરતાં રાખવાં જોઈએ.”

“થોડાજ સમયમાં એક અદ્ભુત નવું ભારત અપૂર્વ મહિમાવાન બનીને જગતને આશ્ચર્યચકિત કરતું આવિર્ભાવ પામશે. મારી દૃઢ ધારણા છે કે, એવો સુંદર ફેરફાર થવા લાગ્યો છે અને એ શુભ દિવસ થોડાજ સમયમાં તેજસ્વી ઉદયકિરણથી ચળકી રહેશે !”

( “ખંડિમ નિખંધમાળા”માંથી )

“સ્ત્રીઓ એ સાક્ષાત્ ક્ષમા, દયા અને સ્નેહની દૈવી મૂર્તિઓ છે.”

“શાળાઓમાં લણ્યાવિના પણ જ્ઞાનની વૃદ્ધિ થઈ શકે છે.”

“કથા અને હરિકીર્તન એ પૂર્વકાળે જ્ઞાનપ્રાપ્તિનો એક મુખ્ય

ઉપાય હતો. ”

“ પ્રાચીન સન્નારીઓ કથાકારોના મુખથી પુરાણ તથા ઇતિહાસની વાતો સાંભળતી અને તેથી કરીને પુરાણ-ઇતિહાસમાં જ્ઞાનનો જે ઉત્તમ ભંડાર છુપાયેલો છે, તે તેમની પાસે ખુલ્લો થઈ જતો. ”

“ અત્યારના આપણા સુશિક્ષિત ગણાતા યુવકો કરતાં પણ અનેક વિષયો પૂર્વકાળની સન્નારીઓ ખુબ સારી રીતે સમજી શકતી હતી. ”

## ૧૦—મુડીવાદ અથવા મહેલાતની ફિલસુફી

( “ક્ષત્રિય”ના માગશર-૧૯૮૨ ના અંકમાંથી )

વિલાસી રાજવટની કે કોઈ મદાંધ ધનિકની વૈભવવાસના પોષવા ઉભા થયેલા પેલા રાજમહાલયો નિહાળો ! ત્યાં શું છે ? વૈભવ, વિલાસ, કેપટ, ફૂરતા-અરે પાપ અને વિષયવાસના-માનવજીવનમાં પશુના લાવનાર સર્વ સાધનો ત્યાં છે ! એ વૈભવો ગરીબોના જીવનલોહીથી ખરડાયેલા અને એ વિલાસો નિરાધારનાં આંસુથી તરબોળ છે.

એ મહેલાતોને ઉભી કરતાં કેટલાય ગરીબ મજુરોનાં લોહી વહ્યાં હશે ! ઘણાંય દૂધમલ બાળકો માતાની સંભાળવિના સૂર્યના પ્રખર તાપમાં તરફડી રહ્યાં હશે ?-અને તેમાં સૌથીય વધારે ફૂર અને ભયંકર ઘટના તો એ હશે કે, કેટલીયે મજુરણોનાં શીલ વેચાયાં હશે ! !

રાજ્યમહાલયોની બાહ્ય સુંદરતા અને ભવ્યતાના ઓછાડ નીચે મલિનતા અને કરુણ ઇતિહાસની કેટકેટલી કલાણીઓ છુપાઈ હશે ?

x x x x x

શું આ મહેલાતો પવિત્રતા, રત્નેહ અને દયાનાં મંદિરો ન હોવાં જોઈએ ?

## ૧૧—જીવજંતુઓની પ્રજા

( “ગાંડીવ” તા. ૧૩-૧૨-૨૫ ના અંકમાંથી. લેખક-વિશ્વામિત્ર )

આપણે તો સમાજની સ્થિતિવિષે વિચાર કરવાની શક્તિનુંજ

દેવાળું કાઢ્યું છે. જો આજે હિંદમાં કોઈ મુસ્તફા કમાલપાશા જેવો પ્રયંત્ર નેતા હોત તો તેણે લોખંડી કાયદો ધડીને કૂતરા-ખિલાડીની પેઠે પરણીને જીવજંતુ જેવી પ્રજા વધારતા હિંદુઓને અટકાવ્યા હોત! ગાંધીજીએ એક-બે વાર હિંદુસ્થાનની વધી ગયેલી વસ્તી સામે પોકાર ઉઠાવી પ્રજાને બ્રહ્મચર્ય પાળીને વસ્તી અટકાવવાની સલાહ આપી છે; પણ એ સલાહ કુદરતી નથી. જીવાનીના પ્રવાહને ગમે તેટલો રોકશો, તોપણ તે રોકાવાનો નથી. હાલમાં તો કોઈ બનાવટી ઉપાયથી પણ પ્રજોત્પત્તિ રોકવાની જરૂર છે. આપણે પ્રજાને જીવનશક્તિ આપનારા સુધારા પણ કરી શકતા નથી, કેમકે આપણી પાછળ કાયદાનું બળ નથી. ધારો કે, આજે સરકાર બાળલગ્ન અને વૃદ્ધલગ્ન અટકાવનારો તથા પુનર્લગ્નની છૂટ આપનારો કાયદો ધડે, નાતજાતનાં બંધનો કાયદાની સત્તાથી તોડી નાખે અને પુનર્લગ્ન કરનાર અથવા આંતર્ગતિ લગ્ન કરનારને નાતબહાર મૂકનારને સખ્ત સજા કરવા તૈયાર થાય તો હિંદુઓનો ક્યો દેવતા પોક મૂકીને રડવાનો છે? દેશ અને કાળ પ્રમાણે સમાજમાં પરિવર્તન થવું જ નોંધ્યે; કારણકે પરિવર્તન એ જ જીવનનું ચિહ્ન છે. પાણી પણ ખાખોચીઆમાં સ્થિર થવાથી ગંદુ થઈ જાય છે, તે હિંદુસમાજે ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે.

## ૧૨—ખેતીની ઉપજ અને કસ ઘટવાનું કારણ ગૌપાલન અને ઠોર ઉછેરવાનું ભૂલ્યા !

(રા. રા. દુલેરાય છોટાલાલ અંજરિયા, તંત્રી ‘ખેતીવાડીવિજ્ઞાન’)

રાજ્ય એ ગૌબ્રાહ્મણપ્રતિપાળ કહેવાય છે. દ્રોણાચાર્ય જેવા મહાન સમર્થ વિદ્વાન ગુરુએ તેમને વિદ્યાદાન, હથીઆર વાપરવાનું જ્ઞાન અને ક્ષત્રિયધર્મ શીખવેલો, સારે ક્ષત્રિયપુત્રના કાનમાં એક મહામંત્ર મૂકેલો છે કે “તમો ગાય અને બ્રાહ્મણનું રક્ષણ કરજો, પણ બક્ષણ કરતા ના. જો આ મંત્ર ચૂકશો તો રાજ્યતેજવિનાના નિર્માલ્ય-ધણી

## ખેતીની ઉપજ અને કસ ધટાડવાનું કારણ ૧૫

દુઃખી-થશે, રેવન્યુ ઉપજ ઘટી જશે, ખેડુત ગરીબ બનશે, પ્રજા નિર્ધન, નિર્બળ, અદ્વાયુષી અને દુરાચારી થશે.” આવો ઉત્તમ ગુરુમંત્ર ચૂક્યા ત્યારથીજ આપણા દેશની જમીન દિનપ્રતિદિન કસ-વગરની થતી ચાલી; અનાજ, ધાસ, કપાસ હલકી જાતનાં થયાં; ઉપજ ઘટતી ચાલી; વ્યાપારમાં પણ મંદી આવી અને શારીરિક તેમજ માનસિક નિર્બળતા આવી.

રાજ્યો પોતાની ફરજ ચૂક્યા એટલે ‘યથા રાજ તથા પ્રજા’ એ કહેવત અનુસાર પ્રજા પણ હિંસક અને અધર્મને રસ્તે ચાલનારી સ્વાર્થપરાયણ થઇ, એટલે કોઈ પણ કાર્યમાં તેની ફતેહ થતી નથી. વડીલોની મેળવેલી પ્રતિષ્ઠા પણ ખોઇ. અરે ! વિચાર કરો ! આપણાં એનાં એજ ખેતરો અને વાડીઓ છે, એ ને એજ કામ કરનારા છીએ, છતાં પ્રથમની માફક ધાર્યું અનાજ ઉત્પન્ન કેમ થતું નથી ? આ સવાલના જવાબરૂપે આ લેખ લખાય છે.

જ્યારે મારી ઉંમર દશબાર વર્ષની હતી અને જમનગરમાં હતો, ત્યારે પિતા, કાકા અને મામા સાથે ગામડામાં ફરતો તે સમયમાં દરેક ઘેર સંખ્યાબંધ ગાયો પળાતી; જેથી દૂધ, ઘી, માખણ, દહીં અને છાશની છોળ ઉડતી. ખણીમાં જતા ત્યાં ખેડુતોને બાજરી, જુવાર, કઠોળ અને કપાસનાં કાલાંના ડુંગર જેવડા ઢગલા થતા અને રાજ-ભાગનો ગંજ બખ્ખે ચચ્યાર ગાઉના અંતરથી દેખાતો. રજપૂત, ચારણ, કાઠી, ગરાસીઆઓ પાણીદાર, તેજદાર ઉત્તમ ઓલાદના વાલીઘોડા રાખી ઓલાદ વધારતા અને પાળતા. કોઈ પાસે માણકી, અબલખ, કચાડી, રોજકી, ગંધેલી તો કોઇ પાસે લાખણ વગેરે જાત ને નામનાં ઘોડાઘોડીઓ પાગમાં ખોંખારતાં બાંધ્યાં રહેતાં. તે વખતે ઘોડાગાડી કે મોટરમાં ફરવાનું જવલ્લેજ હતું. કોઈ પણ સ્થળે બહાર-ગામ જવું હોય તો ઘોડાપર સ્વાર થઇને જવાનો રિવાજ હતો, એટલે ધરનાં નાનાં મોટાં દરેક ઘોડેસ્વારી જાણતાં. અત્યારે તો મોટું દિવાન-પદ બોગવતા અથવા તો મોટી પાયરી ધરાવતા ઝાંશીસરને ઘોડેસ્વારી

આવડતી નથી, જે શોચનીય છે. કહે છે કે, આ સુધારાના જમાનામાં આપણાં સ્ત્રીપુરુષો કેળવણી પામેલાં, અંગ્રેજી વાતચીત કરે તેવાં થયાં છે અને આગળનાં સ્ત્રીપુરુષો કરતાં ધણાં લાયક છે; પરંતુ આ સુધારા સાથે જો તેમના વડીલોના ઉત્તમ ગુણોથી ભૂષિત થએલાં હોત તો તેઓ વધારે સુખી થાત. અત્યારે તો ખરો પ્રેમ કે સગાઈનો સ્નેહ રહ્યો નથી. બધું જર્મનસીત્વર જેવું કૃત્રિમ થયું છે; બધું ઉપરથીજ, અંતઃકરણનું કંઈજ નહિ ! આમ દિનપ્રતિદિન સુધરતા ગયા તેમ અસહનું ભૂલતા ચાલ્યા. પરિણામ એ આવ્યું કે, ગૌપાલન ગયું, ખેતી કસવગરની થઈ અને કમ ઉપજ આવતી ગઈ. ઢોર નળળાં પડ્યાં, રાજ્યની ઉપજ અને વ્યાપાર ઘટ્યો. આ બધું ગૌપાલન અને ઢોરઉછેરનું-દેશની નવી દોલત ઉત્પન્ન કરવાનાં સહાયકારક કામ તરફ દુર્લક્ષ રાખ્યું, તેથી થયું છે.

રાજાઓ કુંવરીના લગ્નપ્રસંગે દાયજીમાં હજારો ગાયો આપતા, બ્રાહ્મણો પણ પોતાની દીકરી પરણે ત્યારે ગાયો આપતા, કોઈ રાજા કે બ્રાહ્મણ વૈજ્ઞવમાં મરણ થાય ત્યારે અંતકાળ વખતે બ્રાહ્મણોને તથા દેવમંદિરમાં ગાયોનાં દાન અપાતાં. આ બધું દેશની ખેતીને આબાદ રાખવા માટે હતું.

ઢોરઉછેરનો ધંધો કરનાર ભરવાડ, રખારી, આચર, કાઠી, ચારણ, મતવાગવધી, સિંધી વગેરે સંખ્યાબંધ ગાયો પાળતા. રાજાઓ ચરવા-માટે મોટા વિસ્તારની જમીન પડી મૂકતા અને તેમાં ખેતી કરાવતા નહિ. કોઈ પણ જાતનો પૂંછડાંવેરો કે સિંધરોટી વગેરે કરવેરો અને પાનચરાઈ કે વનચરાઈ લેતા નહોતા. ઢોર મરી જાય તેની ભામનો ઇજારો નહોતો. હવે તો મરેલાં ઢોરનાં ચામડાં પણ વેચી તેની ઉપજ લે છે, જેથી પરિણામ એ આવ્યું છે કે, ભામના ઇજારદારો ઢોરોને ઝેર ખવરાવી મરણ નીપજાવે છે, જેથી ઝાઝાં ચામડાં મળી શકે ! હવે કૂતરાં-બકરાં પાળવાનો રિવાજ દાખલ થતો જાય છે, ત્યાં ગાય બાંધે કોણ ! કૂતરાંબકરાંની લીંડીપીશાળ ઉપાડવામાં અલડાય નહિ, પણ ગાયનું છાણ-ગૌમૂત્ર જે પવિત્ર છે, તે ગંદકી અને

મચ્છરનો ઉપદ્રવ કરનાર ગણાય છે ! તંદુરસ્તી ટકાવી, દીર્ઘાયુષ્ય કરનાર સ્વચ્છ દૂધ ધરની ગાય આપતી; તેને બદલે તંદુરસ્તી બગાડનાર, ભૂખ ઓછી કરનાર ચાહ વગેરે લેવા માંડ્યું એટલે પછી પ્રજા નબળી થવા લાગી અને અનેક પ્રકારના રોગના ભોગ થયા અને થાય છે; જેથી આપણાં સ્ત્રીપુરુષો નાલાયક ઠર્યાં. તેમને પોતાનાં પુત્રપુત્રીઓ ઉછેરતાં આવડતું નથી-નબળાં રાખે છે, માટે જેનાં છોકરાં સારાં તંદુરસ્ત હોય તેમને ઇનામ આપવાં. એ બહાને ઉત્તેજન આપવા ખાતર હાલ 'ખેખી વીક' ગોઠવાયાં છે. આથી આપણને ખાત્રી થાય છે કે, આપણી માતાઓ બાળઉછેર માટે નાલાયક છે. ધરમાં ગાય હોય નહિ એટલે બળરતું પાણીવાળું અને લેળસેળવાળું દૂધ પીએ છે અને વાપરે છે. જેની અંદર અનેક જંતુઓ હોય છે, તેવા દૂધથી શીતળા, ચોરી, અછબડા, પ્લેગ, નીમોનીઆ, ઇન્ફ્લુએન્ઝા આદિ અનેક રોગો લાગુ પડે છે અને મરણની સંખ્યા વધતી જાય છે, તેનું કારણ ધરની ગાયનું દૂધ નહિ તેજ છે. અત્યારે આપણે શારીરિક અને માનસિક બળ ખોયું, આત્મબળ તો છેજ નહિ; એટલે પછી કૂતરાં-કાગડાંની માફક અદ્ય આયુષ્ય ભોગવી નાની ઉંમરમાં સ્ત્રીપુરુષો મરવા લાગ્યાં છે. કુછંદી વર્તણૂક પણ આનું એક કારણ છે.

આ પ્રમાણે ગાયનું પાલન ભૂલી જઈ તેના તરફ બેદરકાર રહેવાથી આપણે આપણી જમીનનો કસ ખોયો, ઉપજ ખોઈ, મજબૂત બળદો ખોયા, જમીન ખેડનાર અને કામ કરનાર પોતાનું શરીરબળ ખોયું અને નિર્ધન કંગાલ બન્યા.

ગાયને શણગારવી, તેની સેવા-પૂજા કરવી વગેરે પૂજનવિધિ અને મૂત્ર, છાણ વગેરે પવિત્ર ગણ્યું છે, તે પણ તેની ઉત્તમતા માટે છે; કેમકે દેશની ખેતી કરનારા બળદને તે જન્મ આપે છે. ગાયો પાળવાનું ઓછું ક્યું તે તો ઠીક, પણ ગૌબ્રાહ્મણપ્રતિપાળ બ્રાહ્મણ વૈષ્ણવોએ ગોમાંસ લક્ષણ કરવા માંડ્યાનું સાંભળ્યું છે. પછી કહો-જમીન કસ કેમ ન ચેરે? વરસાદ કેમ વરસે? એક વરસાદની તાણે સૂકવણું કેમ

ન પડે? અતીતિ-અધર્મને રસતે ચાલી કુશળતા ચાહવી એ અનેજ કેમ!

ઉપર મુજબનાં અનિષ્ટ પરિણામો આવ્યાં છે અને આવશે, માટે ગૌપાલન અને દોરકોરવાનું કામ તાત્કાલિક હાથ ધરવા અમારી નક વિનતિ છે. લોકો પાંજરાપોળમાં ખોડાં અશક્ત દોર મૂકે છે, તે બરાબર છે. મહાજન દયાળુ છે તો પાળીપોષી સારવાર કરાવે છે, પણ દરેક માણસે પોતાનાં દોરને જીવે ત્યાંસુધી પોતેજ પાળવું, એ તેની ફરજ છે. મહાજન ઉપર આવો બોલો નાખવો તે દેશની વસ્તીપર બોલો નાખવા બરાબર છે.

મુખ્યમાં દૂધ વેચવાનો ધંધો કરનારા દૂધની ઉપજ લઇ પૈસા કમાવા માટે ખર્ચ કરી સારી ગાયબોંસ લાવે છે. દૂધ આપે ત્યાંસુધી રાખી પછી પાણીના મૂલે વેચી નાખે છે, પણ સારા માણસોને-પાળી શકે તેને આપતા નથી અને વાંદરા વગેરે કતલખાનામાં પૈસા કમાવા આંધળા બને છે. જેમની જીંદગી પરમાત્મા પણ ટુંકી કરી નાખે છે, ત્યારે પાપનું ફળ મળ્યું એમ મનમાં સમજે છે.

જ્યારથી દોર ઉછેરવાનું કામ ભૂલાયું છે, ત્યારથી નીચે પ્રમાણે ખેતીને ધક્કો લાગ્યો છે:—

(૧) છાણિયું ખાતર નહિ મળવાથી જમીન તરાતી નથી. (૨) દોર કતલખાને જઇ તેમજ મોતથી મરે છે તેમનાં હાડકાં-ચામડાં પરદેશ ચઢે છે; એટલે જમીનમાં ખાતરતરીકે તેનો ઉપયોગ થતો નથી, જેથી જમીનની ઉત્પાદક શક્તિ ઓછી થઇ છે અને અનાજ તથા કઠોળનાં કણસલાં નાનાં અને ઓછાં પુષ્ટિકારક તત્ત્વવાળાં બન્યાં છે. (૩) ગાયો ચરવાની જગ્યાઓ ગૌચર નહિ રહેવાથી ખેડાયાં કરતી અને તે પર છાણપીશાબનું ખાતર પડવાથી પુષ્ટિકારક મોટું ઘાસ થતું તે થતું નથી, એટલે દોર નબળાં પડ્યાં છે. (૪) બળદ કમ-તાકાતવાળા નાના કદના થયા, એટલે ખેતર ખેડાતાં નથી. આમ ખેતરની કિયલપાયલ સારી નહિ થવાથી પેદાશ પણ ઓછી થઇ છે. (૫) બગ્ગરમાં અને ટોળામાં આંકલા સાંઢ ફરતા, જેનાં વાછરડાં સારાં



થતાં. તેવા સાંઢ હવે ટોળામાં રાખવામાં આવતા નથી. (૬) ગાયો ઉછેરવાનો ધંધો કરનારને પૈસા ધીરીને સારી ગાયો અને ઉત્તમ ઓલાદના સાંઢ રાખવા ગોઠવણ કરી આપવી. (૭) ચરવાની જગ્યાએ જનવરના આરામ માટે છૂટાં છૂટાં ઝાડ વવરાવવાં; જેથી જમીન તેમજ હવા ઠંડી રહે છે અને ઘાસ લાંબા વખત સુધી સૂકાતું નથી. (૮) ગાયોનાં ટોળાંમાં નાની ઉંમરના ખુંટ નહિ રાખવા. (૯) ઢોરની ઉછેર કરવાવાળાનાં મંડળો સ્થાપી તેના અમુક નિયમો ધરી તે માટે જોઈતી મુડી આપવા બંદોબસ્ત કરવો. (૧૦) દરેક ઘર દીઠ એક ગાય પાળવી અને ચરવા માટે દરેક ગામે ગૌચરની ઇલાયદી જમીન રાજ્યના ધણીએ મુકરર કરવી. ખેડવાણ હોય તો ખેડુતો પાસેથી મૂકાવીને પણ રાખવી જોઈએ.

આ પ્રમાણે બંદોબસ્ત થાય તો ગૌપાલન અને ઢોરઉછેરનું કામ આગળ ચાલશે અને દેશની દરેક રીતે આપાદી થશે; માટે આ મારી નામ્ર ચરજ ધ્યાનમાં લઈ ગૌપાલન કરવા તરફ લક્ષ દોરાશે તો આ લેખ લખવાનો મારો હેતુ સચવાશે. પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા રાજ, ગરાશીઆ સર્વને દેશની ખેતી આપાદ કરવા અને ઢોર પાળી ઉછેરવાનું કામ હાથ ધરવા સુચુદ્ધિ આપો.

## ૧૩-ચાલવાની આવશ્યકતા

જે માણસ દરરોજ થોડુંક ચાલવાનું રાખે છે તેને અપચો નથી થતો અને તેના શરીરમાં વધારાની ચરબી પણ રહી શકતી નથી. ચાલવાના જેવી બીજી કોઈ કસરત નથી. એક અમેરિકન ડૉક્ટરે “મેડિકલ રિવ્યૂ ઓફ રિવ્યૂઝ” માં લખ્યું છે કે, દરેક માણસે પરિસ્થિતિ અનુસાર રોજ ૩ થી ૧૦ માઇલ સુધી ચાલવું જોઈએ. “ઉલી મેલ”માં એક રોગીનો કિસ્સો પ્રસિદ્ધ થયો છે. તે હમેશાં માંદો રહેતો હતો, રોજ દવાઓ ખાતો હતો. કોઈ દવાથી તેને ફાયદો ન થવાથી તે જીવનથી કંટાળી ગયો હતો. એક ડૉક્ટરની સલાહથી

તેણે થોડું થોડું ચાલવાનું શરૂ કર્યું અને થોડાજ મહિનામાં તે પૂર્ણ રીતે સાજો તાજો થઈ ગયો ! જે માણસ રોજ ચાલી ન શકે, તેણે અઠવાડીયામાં એક વાર તો જરૂર ૧૦-૧૫ માઈલ ચાલવું જોઈએ. અઠવાડીયામાં એક દિવસ ૧૦-૧૫ માઈલ ચાલવું, બીજા છ દિવસો માટે પૂરતું છે. દિવસે ભોજન કરતા પહેલાં ચાલવાથી વધુ લાભ થાય છે. ચાલવાનો ઉત્તમ સમય પ્રાતઃકાળ છે.

## ૧૪-હોળી શામાટે ?

( તા. ૨૦-૨-૨૬ ના “સૌરાષ્ટ્ર” ઉપરથી )

હુતાશની એ તો આખ્યજીવનને સજ્જનારી વિધાતા છે. એની સાથે આર્યજીવનની કેવી કેવી ઉદાર અને વિરાટ ભાવનાઓ ગુંથાઈ છે ! વૈરાગ્યની જંઘણળતી મૂર્તિશા ભગવાન સુદે એ દિને પોતાનું ત્રીજું લોચન ખોલી કામદેવને બાળી નાખ્યો. ઉગ્ર તપ અને ત્યાગની સિદ્ધિ ત્યારે જગતભરમાં વિરાજી રહી. અધમ વાસનાઓનો જાણે વિશ્વમાંથી સદંતર લોપ થયો ! એ ઉજમાળી ભાવનાને સદા જીવતી રાખવા હુતાશનીનો તહેવાર નિર્માયો છે. હુતાશની એટલે આત્મસંશોધનનો પુણ્યદિવસ. એકે એક નગરવાસીએ એ પ્રચંડ જ્વાળાઓમાં વિકારને, હલકી મનોદશાને અને પાપવાસનાને હોમી જીવનને નિર્મળ, સેવામય અને ત્યાગમય બનાવવાનો એ અણુ-મોલો અવસર છે. કૃષ્ણચંદ્રે એ પ્રાતઃસ્મરણીય તિથિએ માસી પુતનાના થાનપરથી હજાહજા ઝેર ચૂસીને-પુતનાના પ્રાણનું પાન કરીને કાલકૂટ પચાવેલાં. એજ મંગળ રાત્રિએ તે રાક્ષસીની કાયાને ખાક કરતી હુતાશનીની પાવકશિખાઓ, ગામગોંદરે ભેગા મળી હોળી ખેલનારાઓની સન્મુખ સંસારનાં ઝેર-ઘર્ષિયાં, કાવાદાવા અને કલહકંકાસો-શમાવી માનવદેહમાં વસતા શયતાનને સંહારવાનો સંદેશ પાઠવે છે.

નગાધિરાજ હિમાલયનાં ગિરિ-શિખરો ઉપરવિધાન પામેલી કામદહનની એ કથાને આજે એક વધારે વર્ષ પૂરું થશે. ચંદ્રચૂડામણિ

ત્રિપુરારિ શંકરને તપસમાધિમાંથી ડોલાવવા આવેલા કામદેવને જ્યારે એ ભગવાન રુદ્રે તેમનું ત્રીજું લોચન ઉઘાડી એમની કોપ-જ્વાળા-ઓથી બાળીને ભસ્મ કર્યાં, ત્યારે કૈલાસનાં શિખરે શિખરો એ અગ્નિ-શિખાઓથી પ્રકાશી ઉઠ્યાં અને ભારતવર્ષમાં આજથી દશહજાર વર્ષ ઉપર, એ દિવસે પ્રથમ પહેલી હુતાશની પ્રકટી. એ કામદહનની ક્રિયાના સ્મરણમાં, ભારતવાસીઓની નબળાઈઓને જલાવી દેનારી હોળી, ભારતવર્ષને ગામડે ગામડે સળગશે.

હુતાશનીના ખ્યાલે એક બીજું એવુંજ પ્રતાપી સ્મરણ પાછું સજ-વન થાય છે. વસુદેવ અને દેવકીનો નંદન કનૈયો હજી નાનકડો કા'ન-કુમારજ હતો. ત્યારે પોતાના મારણહાર એ કનૈયાનો વધ કરવા મામા કંસે પુતના રાક્ષસીને મોકલી. પુતનાએ દૂધમાં વિષ મિલાવીને શ્રીકૃષ્ણને વિષપાન કરાવવાની તરકીબ (યુક્તિ) રચી. કા'નકુમાર પુતનાના પેટનું એ પાપ કળી ગયા અને એ રાક્ષસીના ગ્રાણ ચૂસી લીધા. રાક્ષસી મુઠ્ઠું થઈને ધરતી ઉપર ઢગલો થઈ પડી. એ પુતનાના શબને, પાંચ હજાર વર્ષ પહેલાં આ કાગણુ માસની પૂર્ણિમાની રાત્રિએ અગ્નિદાહ દેવાયો-હોળી પ્રકટી. એ પુતનાવધના સ્મરણમાં, ભારતવર્ષને વિષ-પાન કરાવવા મથતા રાક્ષસોને ભસ્મીભૂત કરનારી હોળી, ભારત-વર્ષને ગામડે ગામડે સળગશે.

કામદહન અને પુતનાવધનાં પવિત્ર સ્મરણોથી ઝળહળતા હોલિકા-મહોત્સવે ક્ષત્રિયોના યુગમાં વીરોના મહોત્સવનું સ્વરૂપ લીધું. યૌદ્ધ-મી સદીમાં મેવાડ-મારવાડના એકે એક રાજપૂતરાજ્યમાં હોલિકા-મહોત્સવ શસ્ત્રવિદ્યાના શિક્ષણનો અને વીરત્વના પરીક્ષણનો મહોત્સવ બનતો; ત્યારે એકે એક ભારતજન્યો કેસરિયાં સજતો અને વસંતપં-ચમીની પ્રભાતથી કાગણી પૂર્ણિમાની રાત્રિસુધી-એ ચાળીસ ચાળીસ દિવસસુધી ગામેગામ અખાડાઓ સ્થપાતા, તીરંદાજી અને નિશાનખાજી-ના ખેલો જામતા, અશ્વકળા અને તલવારની કવાયત મચતી, મલ્લોનાં યુદ્ધો થતાં અને સમરાંગણના વ્યૂહો રચી સૈન્યો સૈન્યો ખાંડાના ખેલ

માંડતાં. ચાળીસ દિવસ સુધી ભારતનું વીર્ય અને શૌર્ય સાચુત રાખવાનાં તાક્ષીમખાનાં ચાલતાં અને છેલ્લે દિવસે મેવાડના ખુદ મહારાણા મોટો દરબાર ભરી, એ દરબાર વચ્ચે વીરતાની પરીક્ષાનાં રમખાણો ગોઠવતા. એમાં વિજય વરનાર વીરોને મહારાણાશ્રી પોતાના હાથે વીરશ્રિત તલવારો બંધાવતા અને પછી આખો સંધ હોલિકાનાં દર્શન કરવા સંચરતો. ત્યાં અનેક જીવાનો હનુમાન બનવાનાં, અને એવાં વીરત્વનાં વ્રતો સજતા.

ભારતના બધાઓ! ગુજરાતના ઓ નવજીવાનો ! હોલિકાનો એ અર્થ છે. હોલિકા વીર બનવાની અને સૈનિક બનવાની પ્રતિજ્ઞાઓ કરવાનો પવિત્ર યજ્ઞકુંડ છે. આજની હોલિકાની યજ્ઞવેદીની સમક્ષ, ઓ યુવાનો ! મહાવીર મારુતિરાજ જેવા બ્રહ્મચારી બનવાનાં વ્રત સજજો; ભારતના ઉદ્ધારને કાળે ભીષ્મપિતામહનો વજ્રકછોટો ધારવાની પ્રતિજ્ઞાઓ કરજો; શસ્ત્રકળા, તલવારબાજી અને નિશાનબાજી, અશ્વકળા, ધનુર્વિદ્યા અને મહાવિદ્યા સિદ્ધ કરવાના મનોરથ બાંધજો; આજનાં માયકાંગલાં શરીરોમાંથી ડોલતા કુંગર જેવા પ્રચંડ દેહો બાંધવાના-એ શરીરશક્તિ ખીલવવાના અભિલાષો નોતરજો. તરુણો ! આ તહેવારને એવો વીરોનો તહેવાર બનાવી દેજો; એ યજ્ઞકુંડની સાક્ષી-એ મંત્ર લાજીજો કે ઓ સરજનહાર !

**તેજોઽસિ તેજો દદાતુ । બલમસિ બલં દદાતુ ॥**

**૧૫—આ તે મોટરગાડી કે મોતગાડી !**

( લોકોપર ગુજરતો એક અદ્દશ્ય ગજબ—“ગુજરાતી કેસરી” ઉપરથી )

[ લેખક—મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી ]

‘સાયન્સ અને ઈન્વેન્શન’ નામનું અમેરિકન માસિક જણાવે છે કે, હવામાં એક હજાર ભાગે માત્ર દોઢજ ભાગ કારબન મોનો-ક્સાઇડ આવી બધાં તોપણ તે ભયંકર નિવડે છે. ૨૩ હોર્સપાવરની

એક મોટરકાર દર મીનીટ ૨૫ ક્યુબીક ફીટ ગેસ છોડે છે, જેમાંથી છ ટકા અથવા ૧૫ ક્યુબીક ફીટ કાર્બન મોનોક્સાઇડ હોય છે. કાર્બન મોનોક્સાઇડ રંગવગરની, સ્વાદવગરની અને ગંધવગરની ગેસ છે, એટલે તે હવામાં મળેલી છે કે કેમ તે જાણવું મુશ્કેલમાં મુશ્કેલ છે; અને બીજી તરફ તેને માટે આપણા લોહીમાં એવી સરસ સગવડ છે કે, લોહીમાંના લાલ કણમાં રહેલું હીમોગ્લોબીન નામનું તત્ત્વ એને ( કાર્બન મોનોક્સાઇડને ) ઓક્સીજન ( પ્રાણવાયુ ) કરતાં ૩૦૦ ગણું જલદીથી ખેંચી લે છે અને લોહીને એકદમ ઝેરી બનાવી મૂકે છે. આમ થવાથી લોહીની મારફત આપણા સ્નાયુઓને પ્રાણવાયુ મળી શકતો નથી અને મરણ નીપજે છે, હજાર લાગ હવામાં દોઢ લાગ પણ કાર્બન મોનોક્સાઇડ હોય તો ભયંકર છે, તોપણી મોટરનું ઇંજીન તો સેંકડે છ લાગવાળી એટલે હજારે સાઠ લાગવાળી ગેસ છોડે છે તેકેવી જીવલેણ છે, તેનું અનુમાન કરો ! ૨૩ હોર્સપાવરનું મોટર ઇંજીન દર મિનિટ એક ચોરસફૂટ કારબન મોનોક્સાઇડ છોડે તે હિસાબે ૧૦x૧૦x૨૦ ફૂટનો એક મોટર તમેલો તો ત્રણ મીનીટમાંજ એ ઝેરી હવાથી ભરાઈ જઈ મનુષ્યના પ્રાણ લઈ શકે. એનો હુમલો ખચર ન પડે તેમ થઈને ધીમે ધીમે માણસ બેભાન બની જાય છે. આમ કિલ્લનર અને શાફરની જીંદગી જોખમમાં રહે છે; અને મુંબઈમાં એવા તમેલા છે કે જેમાં એકેક મોટરકાર આવી જાય પણ ખારી તો એક પણ ન હોય ! મોટરનું ઇંજીન ચાલુ હાલતમાંજ અંદર જાય અને ચાલુ હાલતમાં મૂકાયા પછી થોડીક મિનિટ લગી ધુધવાટ કર્યા બાદજ બહાર નીકળે, એ મોટરના શાફર અને કિલ્લનરની જીંદગીના જોખમનો જવાબદાર કોણ છે ? અને આખો દિવસ મુંબઈના રસ્તાઓમાં એ મોટરોવાળા સેંકડોને ઈજા અને કુટીબંધ ખૂન કરતા ફરે અને પાંચ પચાસ દંડ ભરી છૂટી જાય તથા પગે ચાલનાર પોતાના જીવથી જાય એ તો એક ન્યાયનો નમુનોજ છે; પણ હવા બગાડવા માટે એ લોકો પગે ચાલનારને અને ઘરમાં રહેનારને શુંતુક-

માન ભરપાઈ કરી આપે છે ? આપણે રસ્તે ફરતા હોઈએ ત્યારે પણી બાબુમાંથી એ લઈકર ચીજ ઝેર રેડતી ચાલી જાય અને : પણે તે ઝેર શ્વાસમાં લેતા ફરતા ફરીએ, એ જીંદગીના જોખમ : શું એ ખુનીઓને સળ નથી થવી જોઈતી ? હૃદય આફ્રિસર આ ખત શું કહે છે ? એડલ્ટરેશનની સળ તો પોલ્યુશનની નહિ કે ? ૨ કે બારીમાંથી રસ્તાપર કચરો નાખતાં હવા બગડે તો આનાથી બગડે કે ? સ્મોક ઇસેન્સ એકટ છે તેના કરતાં મોટરના ઝેરી ધુમ માટે સખત એકટ થવો જ જોઈએ.

## ૧૬-નવું જગત

(મોડર્ન રિવ્યુમાંના એક સંવાદ ઉપરથી-“સૌરાષ્ટ્ર” તા. ૧૫-૧૧-૨૦૦૦)  
ગરીબી એ કેવો ગુન્હો ! નિર્ધનતા એ કેવું કલંક ! કોઈ ગરીબી કરે અને તેને માટે જોઈ તૈયાર છે; કોઈ નિર્ધન ધનને અર્થ કરે અને એ ખુનીને માટે કાંસીનો માંચડો ઉભો છે; અને શ્રીમંત ? શ્રીમંત ગરીબી કરે, લૂંટો ચલાવે અને દુનિયા તેની ચાતુરીની સ્તુતિ ગાવા માંડે-તે લક્ષ્મીને અર્થે તેના સ્વદેશમાં અને વિદેશમાં માન લેવા માંડે. રચે અને એ લેવારો સ્વદેશસેવકનું સુનામ પામે. ગરીબો, એ લૂંટો અને એ લેવાઓથી તે દોલતમંદ બને, એટલે ઉમરાવપદે ચઢાવવામાં આવે; અને જગત તેની ઝુકી ઝુકીને સદે ! ઓ જગત ! તારો કેટલો અધઃપાત થયો છે !

પણ હા, આ જૂની દુનિયાના ખંડેર ઉપરજ નવું જગત રચાશે-જરૂર રચાશે. કોઈ જાદુગર એક રાતમાંજ મહેલાતો ઉભી દે, તેમ આજની પવિત્ર ગરીબીના ઉદરમાંથીજ દુનિયા નવરશે-અને થોડા કાળમાંજ અવતરશે. તે નવા જગતમાં સત્યનાં : વાણાં એમેર રેલાઈ રહ્યાં હશે; પ્રેમની મધુરતા સર્વત્ર મધમધી હશે; તે દુનિયામાં સેવા સર્વની પૂજા પામશે; સર્વ સમાન મનાશે

સન્માનના અધિકારી ગણાશે.

આજે પૃથ્વી તેની પ્રથાઓ અને તેના શિષ્ટાચારોના કાદવમાં ખદબદી રહી છે; આજે ધરતી ઉપર સત્તાલોભ અને ધનતૃષ્ણાની જ્વાળાઓ સળગી રહી છે; આજે એ યુદ્ધનો સેતાન માનવીઓના અં. તરમંદિરમાંથી પ્રભુને પદબ્રષ્ટ કરી રહ્યો છે; આજે શ્રીમંતોની લાલસા-તૃષ્ણાને અર્થે ગરીબોની જીંદગીની હરરાજીઓ ખોલાઈ રહી છે અને આજે જગત કદ્રૂપ! દાનવ જેવું બની ગયું છે! પણ નવો પ્રકાશ અને નવી દૃષ્ટિ, નવો આદર્શ અને નવી આશા, એ બધી બદબોને ધોધ નાખશે; એ બધી કદ્રૂપતાને હરી લેશે અને આ જૂની કાયામાં નવા પ્રાણ પૂરશે. શુદ્ધિ પામેલા આ જગતમાં પ્રકાશમય, પ્રેમમય અને સુંદર પ્રભુની પુષ્પવાટિકાસમું નવું સ્વર્ગ સર્જાશે. સ્વર્ગના ઓ સુખકર વાયરાઓ! તમે દેવોના ઉપભોગની એ તમારી વાયુલહરિઓ આ અવનિ ઉપર વર્ષાવો; અમારા પ્રાણમાં સ્વર્ગનાં અમૃત ભરો અને આ ખુનીઓ તથા હત્યારાઓની એડીતળે ચગદાતા જગતને સેવાની અમીરીથી ઝળહળતું, પ્રેમની ખુશબોથી મહેકતું, માનવીની સ્વાધીનતાનું મહારાજ્ય બનાવો !

## ૧૭—બાળલક્ષ્મ ને ભારે લક્ષ્મખર્ચ

( લેખિકા—સૌં સમજીયા દેશાઈ )

બાળકો જાણે માઆપને લગ્નનો લહાવો લેવા માટે જ ન હોય તેમ આપણે માત્ર એટલો જ વિચાર કરીએ છીએ કે, ક્યારે તેમજી પરણાવી દેવાય; પરંતુ તેમને કેળવણી આપી, પોતાની આજીવિકા પેદા કરવાને લાયક કરવાને કંઈ વિચાર કરતાં નથી. આનું પરિણામ એ આવે છે કે, તેઓ અજ્ઞાન અને અભણ રહે છે અને મોટપણમાં દુઃખી થાય છે વળી ઘણી વખત ગિચારી બાળકોને કુમળી વયથી વિધવા-પણું ભોગવવું પડે છે અને તેથી તેને તથા તેનાં ભાઈબાંડુને આખી જીંદગી દુઃખી થવું પડે છે; માટે બાળલક્ષ્મ ન કરતાં કન્યા ઓછામાં

ઓછી ઔદ વર્ષની અને છોકરો ઓછામાં ઓછો વીસ વર્ષનો થાય ત્યાંસુધી તેને કેળવણી આપવાસિવાય બીજો વિચારજ કરવો ન જોઈએ. આજકાલ કન્યા-કેળવણી તરફ કંઈક લક્ષ અપાય છે ખરું, પણ બાળલક્ષ થતાં હોવાથી કેળવણી અધુરી અગર નહિ જેવીજ અપાય છે. પરણ્યા પછી છોકરાઓ તો ભણતર જારી રાખે છે, પણ કન્યાકેળવણી તો લગ્નની સાથેજ બંધ થાય છે. લાયક ઉંમરનાં થયા પછીજ પુત્ર અથવા પુત્રનો વિવાહ કરવાનો વિચાર કરવો જોઈએ. નાનપણથી વિવાહ કરી રાખવો એ સાફ નથી; કારણ કે એમ કરવાથી બાળકોના મનમાં ભણવા કરતાં પરણવાની વાત વધારે રમ્યા કરે છે. વળી તેઓ મોટાં થયે લાયક ન નિવડે તો માબાપને પસ્તાવું પડે છે. પુત્રને મારે ગુણવાન ને લાયક કન્યા લેવાને બદલે કંઈ કન્યા લેવાથી વધારે રૂપિયા મળશે, એટલુંજ જોવાય છે. કન્યામાટે ગુણવાન વર જોવાને બદલે માત્ર કહેવાતું કુળ જોવાય છે અને વરની લાયકી કેવી છે, તે જોવાતું નથી. આતું પરિણામ મારું આવે છે અને દુઃખી થવાય છે, મારે આપણા કદંગા રિવાજમાં સુધારો થવાની જરૂર છે. તે નહિ થાય ત્યાંસુધી આપણી ઉન્નતિ થવાની નથી, એમ સમજી આ બાબતમાં ખાસ ધ્યાન આપવા જેવું છે. લગ્નપ્રસંગે ગળ ઉપરાંત ખર્ચ કરવામાં આવે છે, તેથી આપણી પાયમાલી થાય છે. લગ્ન જેવે આનંદને પ્રસંગે શક્તિ પ્રમાણે ખર્ચ કરવા કોઈ ના કહેતું નથી; પરંતુ શક્તિ ન હોય છતાં પણ ધરખાર ગીરો મૂકી, દેવું કરી, ગળ ઉપરાંત ખર્ચ કરવું એ મૂર્ખાઈ છે.

## ૧૮-ચાહ, કાંફી ને કોકો, વહેલી પડાવે પોકો

(“વૈદ્યકલ્પતરુ”ની ૨૧ મા વર્ષની ભેટમાંથી. લેખક-મ૦ મૂ૦ ત્રિવેદી )

ચામાં મગજની શક્તિને કુદરતના નિયમની વિરુદ્ધ ઉશ્કેરવાનો ગુણ છે, કેમકે તેમાં ટેનીક એસીડ જેવું શરીરનો ધાત કરનાર દ્રવ્ય



આવે છે. તેમાં પણ હોટલો તથા દુકાનોની ચા તો ઘણીજ ભયંકર છે; કારણકે ત્યાં ચા ઘણા વખતથી ઉકળેલી રહેતી હોય છે અને તે-માંથી સુવાસિક તથા પૌષ્ટિક પદાર્થો તો ક્યારનાએ ઉડી ગયા હોય છે. ખરી વાત છે કે, ચા પીવાથી ક્ષણિક હુશિયારી આવે છે; પણ અંતે તો જઠરાગ્નિ મંદ થાય છે, કમતાકાત આવતી જાય છે, માન-સિક સ્થિતિ દુર્બળ થાય છે અને શરીર અનેક વ્યાધિને લાયક બની જાય છે. ચામાં ટેનીક ઍસીડસિવાય સાકર પણ આવે છે અને તેથી જઠરનું શ્લેષ્મપડ સૂજી જાય છે અને તેમાંથી એક જાતનો સ્ત્રાવ થાય છે, ખાવું ભાવતું નથી, મોળ આવે છે, ઉલટી થાય છે અને વખતે તાવ પણ આવી જાય છે. વળી ચા પીવાથી લોહીમાં યુરીક ઍસીડનું પ્રમાણ વધી જાય છે અને તેથી આંતરડાં તથા જઠરની ક્રિયા મંદ પડે છે.

એક ડૉક્ટરે ચાવિષે નીચે પ્રમાણે જણાવેલું છે:-

“ ચા તથા કૌશી પીનારા, મદ્યપાન કરનારા લોકોના જેવા તોફાની, નાચનારા, ગાનારા કે કજીઆ કરનારા હોતા નથી; પણ ચા તથા કૌશી તેના પીનારાને મૂર્ખ બનાવે છે, તેમના પગને નબળા કરે છે, યાદ-શક્તિનો નાશ કરે છે, હૃદયમાં થડકો પેદા કરે છે, શરીરમાં કંપ કરે છે, હાથમાં અસ્થિરતા કરે છે અને અનિદ્રાને પેદા કરે છે. વળી ચાથી માથું દુઃખે છે, જીભ ખેસ્વાદ થાય છે, સ્વભાવ ચીડીઓ થાય છે અને મીઝજ ઠેકાણે રહેતો નથી. ચા તથા કૌશી પીનારાઓ ખો-લવામાં મંદ થાય છે, તેમના વિચારો અસ્થિર હોય છે અને માનસિક શક્તિ ગુમાવે છે. ચાના વ્યસનથી અજીર્ણ, આંતરડામાં અવાજ તથા કબજીઆત થાય છે; અને પાચન કરનારા રસોનો અટકાવ થાય છે. આ સર્વ કારણોથી જે લોકો ચા તથા કૌશી બહુ પીએ છે, તેઓ શરીરે દુબળા રહે છે, તેમના ગાલ ખેસી ગયેલા હોય છે, તેમના ચ-હેરા મેલા હોય છે, તેઓનાં માથાં દુખવાનું દરદ વધારે પ્રમાણમાં હોય છે, તેઓમાં પિત્તનો કોપ નિરંતર થયા કરે છે, તેમના વાળ જલદી ખરી પડે છે અથવા ઘોળા થાય છે. ચા તથા કૌશીનું વ્યસન

સર્વત્ર ફેલાયું છે અને તેથી લકવો, અર્દિત વા તથા નબળાઇનાં દરદો હજારોગણાં વધી પડ્યાં છે. ”

ચાવિષે એક વિદ્વાને નીચેના એક સુંદર શ્લોક બનાવ્યો છે:-

પ્રજૈરઘ્નૈસ્તરુણજરઠૈર્બ્રાહ્મણૈરન્યજાતૈઃ ।

પૌરૈર્ગ્રામ્યૈર્નરપતિઘરૈર્નિર્ગૃહૈર્નિઃસ્વકૈશ્ચ ॥

પ્રાતઃ સાયં નિયામિતતયાભ્યર્ચિતો ભક્તિભાવાદ્ ।

હા ! હા ! ચાહા હત કલિયુગે કર્ષતિ પ્રાણાવિત્તમ્ ॥

અરે ડાહ્યા, મૂર્ખા, જુવાન અને વૃદ્ધ માણસો, બ્રાહ્મણ તેમજ અંત્યજો, શહેરીઓ તથા ગ્રામ્યજનો, રાજાઓ અને ધરહીન તથા સાધનહીન લોકો ! તમારાથી નિયમિતપણે સવાર-સાંજ ભક્તિભાવથી આદરને પામતી આ આ કલિયુગને વિષે પ્રાણ અને દ્રવ્ય બંનેની હાનિ કરે છે !

આ શ્લોક અક્ષરશઃ સત્ય છે, એમ વિચાર કરતાં સાફ માલૂમ પડશે.

**ચાથી થતી આર્થિક ખરાબી**

ચાથી આર્થિક ખરાબી પણ પારવગરની છે. સને ૧૯૦૬-૭ માં આ દેશમાં પાંચ લાખ અગીઆર હજાર એકરમાં ચા વાવવામાં આવી હતી અને તેમાંથી સાડીત્રેવીસ કરોડ જેટલી ચાનો પાક થયો હતો. તે પાકમાંથી ૧૬ લાગ ચા આ દેશમાં વપરાઈ હોય તેમ ગણીએ તો- પણ કરોડો રૂપિયાની ચા પીવાનું વિનાશકારક ધોરણ ચાલુ થયું ગણાય. ચાની સાથે વાપરવામાટે કરોડો રૂપિયાની ખાંડ પણ પરદેશથી મંગાવવી પડે છે. આ સર્વથી પૈસા તથા તંદુરસ્તીના નુકસાનનો હિસાબ રહેતો નથી. આ સર્વ આર્થિક બોજને આપણા ગરીબ દેશમાં વધારે પડતો છે, એમ કહેવામાં જરાએ અતિશયોક્તિ નથી. મહાત્મા ગાંધીજીના સદુપદેશથી આજકાલ કેટલીક હોટલો બંધ થઈ છે અને થતી જાય છે તથા ઘણી જ્ઞાતિઓમાં ચાના બહિષ્કારમાટે સખત પગલાં લેવાય છે અને ઘણાં કુટુંબોમાંથી ચા પીવાનો ચાલ નીકળી ગયો છે. આવા હાનિકારક બોજમાંથી મુક્ત થવામાટે ઉગતી પ્રજા સમક્ષ ચા-ફાંશી તથા કોકોનાં પીણાં કેટલાં બેખમકારક છે તે સમ-

જવવા સધળા ઉપાયો લેવાની દેશના વિદ્વાનોની ફરજ છે.

ચાવિષે એક લેખકના ઉદ્ગારો

ચાવિષે એક લેખક પોતાના ઉદ્ગારો નીચે પ્રમાણે જણાવે છે:-

“આ હતભાગ્ય હિંદમાં વિદેશીઓની નકલ કરવાની નમળી પ્રકૃતિ એટલી હદ ઓળંગી ગઇ છે કે તેને અંકુશમાં લાવતાં વિલંબ લાગશે. વિદેશીઓની નીતિરીતિની નકલો કરવામાં નિર્વર્થિ દેશી મગજો એટલી હદ ઉપર ચઢી ગયાં છે, કે હવે સ્વાત્માભિમાન, દેશાભિમાન અને આત્મગૌરવ સર્વને છેક ભૂલી ગયાં છે.”

“ચા જેવી જે હુદ્દ ચીજે આપણને નિર્ભંજ બનાવ્યા છે, તે ઝેરી છે અને કોઇપણ રીતે ફાયદાકારક નથી, એમ જાણ્યા છતાં આપણે હોંસે હોંસે તે પીએ છીએ; એટલુંજ નહિ પણ તેને સ્વદેશી ચીજ માનીને તે વાપરીએ છીએ અને જેઓ સ્વદેશી તથા બહિષ્કારના મેળાવડાઓ અને મંડળાઓ જમાવે છે, તેઓ પણ આ ચાની પાટી” આપે છે.”

“જો હિંદુસ્તાનમાં ચાનું વ્યસન લાગુ ન પડ્યું હોત તો વિદેશી ખાંડ આટલી બધી પ્રચલિત થાત નહિ. ખરું જોતાં ખાંડનો મુખ્ય વપરાશ, આ ડાકિણી ચાનેજ આભારી છે. આ રીતે ચાએ આપણાં ખિરસાં ઉપર જખરો ખોળે નાખ્યો છે અને ધર્મથી વિમુખ કર્યાં છે, તે વાત સમજ્યા પછી ચાને સ્વદેશી કહીને વધાવી લેવી તે શું શરમભરેલું નથી?”

“આટલેથીજ ચાની ખરાબી થતી નથી. ચા હિંદુસ્તાનમાં પાકે છે તે વાત ખરી છે, પણ તેના ખેડુતો કોણ છે? તે ચા કેવી રીતે પકવવામાં આવે છે? કોના લોહીના ભોગે કોણ પૈસા મેળવે છે? અને એ માતખર ખેડુતોની નીચતા કેટલી હદસુધી પહોંચી છે? તેના ચાના વાપરનારાઓએ અને સ્વદેશી ચીજતરીકે ચાનાં વખાણ કરનારાઓએ કદી વિચાર કર્યો છે?”

“ચા બનાવવાના બગીચા આસામ, નીલગિરિ જેવા પ્રદેશોમાં ધણા છે. તે બગીચાના માલીકો લગભગ અંગ્રેજોજ છે. આ ચા ઉગાડવા, ઉછેરવા અને તેને તૈયાર કરવાના કામ ઉપર જે મજુરો છે, તે સધળા

હિંદી મજુરો છે. તે મજુરોની સખત મહેનતવડે કરોડો રૂપિયાની ચા ઉત્પન્ન થઈ અગ્રેજ ચાવાળાઓને કરોડો રૂપિયાનો નફો મળે છે.”

“તે મજુરોને ઘણો હલકો પગાર આપે છે અને જ્યારે તેઓ ઠરાવેલું કામ કરી શકતા નથી, ત્યારે તેઓને નેતરની સોડીવતી નિર્દય-પણે એટલે સુધી મારે છે, કે તેમની ચામડીમાંથી લોહી નીકળી ચામડી રંગાઈ જાય છે, તોપણ શિક્ષા બંધ કરતા નથી! આ સિવાય તે મજુરો ઉપર અનેક પ્રકારનો જુલમ ગુજારવામાં આવે છે. સ્વરૂપવાન સ્ત્રીઓને વિષયાંધ ગોરા દેવોના કામાગ્રિમાં પાતિવ્રત્યપણાની આહુતિ આપવી પડે છે. રાજામુશીથી તેમ ન કરે તો તેને તેમ કરવાની ફરજ પાડે છે. તે મજુરોના ફાટા લેવામાં આવ્યા હોય છે અને તેમની પાસેથી પાંચ વરસનું એગ્રીમેન્ટ લખાવી લેવામાં આવે છે, તેથી તેઓ નાસી જઈ શકતા નથી. જે નાસી જાય છે તેને મજુરોના એજન્ટો ફાટાની મદદથી પકડી પાડી તેના માલેકોને પાછા સોંપે છે અને ત્યાં તેનાપર પહેલાં કરતાં પણ વધારે ત્રાસદાયક જુલમ ગુજારવામાં આવે છે. તે ગોરાની ઉપર ફરિયાદ થઈ શકતી નથી; કારણ કે પોતાની સામે ફરિયાદ કરનારા મજુરના જડજો પોતે જ હોય છે; કેમકે સરકારે તેમને થર્ડ ક્લાસ મેજિસ્ટ્રેટની સત્તા આપેલી હોય છે. બંધુઓ! દયા છે? હૃદય છે? તમારી જે ચાને માટે હિંદી મજુરોને-તમારા લાચાર લાઇઓને મરણશરણ થતાં સુધી ગુલામગીરીની હાડમારી ભોગવવી પડે છે, જે ચાને માટે તેમને શરદી-વાળા ગંદી જમીનમાં હલકા ખેરાક ઉપર જીવન ગાળવું પડે છે, જે ચાને માટે તેમને ચામડી ફાટી લોહીની ધારાઓ વરસતાં સુધી માર ખાવો પડે છે, જે ચાને માટે નિરાશ્રિત હિંદી બહેનોને પોતાના પાતિવ્રત્યની આહુતિ આપવી પડે છે, જે ચાને માટે પ્રાણથી પ્યારાં પતિપત્નીને હમેશને માટે બળાત્કારથી ફારગતી આપવી પડે છે, તે લયકર ચાને મોટાઇના ડોળની ખાતર સ્વદેશી ચીજ ગણીને તમારા પેટમાં રેડતાં હજી પણ તમને કમકમાટી આવતી નથી? “મારે ધેર

રાજ ૧૦ વખત ચા ઉકળે છે” “મને ચાવિના ચાલતું નથી”  
 ૥ તો મારું જીવન છે ” “ખાધાવિના ચાલે પણ ચા વિના તો  
 નહિ ચાલે ” વગેરે શરમભરેલાં વાક્યો બોલતાં હજી પણ કંઈ  
 ૥ણી ઉત્પન્ન થશે કે નહિ? શું તમે ચા પીઓ છો? અમે તો  
 એ છીએ કે, ચાનો ખ્યાલો નહિ પણ રક્તનો ખ્યાલો તમે  
 ઓ છો! હિંદી મનુરોની ચામડી કાટીને જે લોહી નીકળે છે, તે  
 મો છો! શું ચાના ખ્યાલામાં તમે લોહી જેવો રંગ જોતા નથી?  
 ૥ તો કહીએ છીએ કે, તે ચા નથી પણ પતિવ્રતા સ્ત્રીઓનાં  
 થતાં પાતિવ્રત્યનાં અશ્રુબિંદુઓ છે. શું તમે ચાદાનીના ઢાંકણ  
 ૥ તે બિંદુઓને જોતા નથી? અમે તો કહીએ છીએ કે, તે ચા નથી,  
 નિર્દોષ મનુષ્યોની હાયવરાળ છે. શું તમારા ચાના ભરેલા ખ્યાલા-  
 ૥ નીકળતી વરાળ તમને તે વાતનું ભાન કરાવતી નથી? શું  
 તે ચા પીતી વખતે ગરીબ મનુરોની પીઠ ઉપર પડતા ચાખૂકના  
 નું હજી પણ સ્મરણ નહિ થાય?”

“મારા સ્વદેશી ખાંધવો! ચાલો, આપણે પ્રતિજ્ઞાઓ કરીએ કે,  
 બ્રષ્ટ વિદેશી ખાંડની મોટી મા, દેશીઓનું રક્ત, સતીઓના શાપ,  
 પોકોની ગાળ, ગરીબોની હાય-ચા! અમે અમારી જીંદગીમાં  
 પણ પીશું નહિ! બીજાઓને પીતા અટકાવી સ્વદેશસેવા બજા-  
 ૥ વત્તો કરીશું. હૃદયવિનાના દેશી શેઠીઓની આગળ રહીને,  
 ને પગે પડીને, કાલાવાલા કરીને, સમજાવીને, કરગરીને, તેમના  
 થી થતાં આ પાપથી તેમને બચાવવા પ્રયત્ન કરીશું. ઈશ્વર આ  
 માં અમને સહાયતા આપો! અસ્તુ.”



# ૧૯-ચા-કાફીનો વધુ ચિતાર

(લેખક-મં. મૂં ત્રિવેદી, ‘વૈદ્યકલ્પતરુ’ના ૨૧ મા વર્ષની ભેટમાંથી)

**કાફી-ખુદદાણાથી થતું નુકસાન!**

કાફીના ગુણદોષ લગલગ ચાને મળતાજ છે. કાફી થાકી ગયેલા મજાસને ચાલાક બનાવે છે અને ઉજાગરો કરવો હોય, ત્યારે તે બહુ ઉપયોગી થઈ પડે છે. કાફી શરીરના અવયવોને શાંતિ આપે છે અને મગજને ઉશ્કેરે છે. ઘણા થાકમાં તથા અશીલુથી જે ઘેન ચઢે છે, તે ઉતારવામાં કાફી સારી અસર કરે છે. સાંધાના દુઃખાવામાં તથા પગમાં કળતર થતી હોય તેમાં પણ કાફી સારો ગુણ આપે છે; પણ કાફીના આ સર્વ ગુણો જે લોકો તેનું નિત્ય સેવન કરે છે, તેને ખીલકુલ ફાયદો કરતા નથી, પણ ઉલટું નુકસાન કરે છે.

જેમ લીલી ચા બનાવવામાટે તેની ઉપર રંગ ચઢાવવામાં આવે છે, તેમ કાફીમાં ઘેરો રંગ લાવવામાટે ચીકોરી નામના મૂળીઆનું મિશ્રણ કરવામાં આવે છે. કાફીના વેપારી નફો લેવા કાફીમાં ચીકોરીનો ભેગ મેળવે છે; તેમ ચીકોરીના વેપારી પણ ચીકોરીમાં રંગ, ગાજર અગર ઇંટના ભૂકાનો ઉપયોગ કરે છે.

ડૉ. કેલોગ એમ. ડી. જણાવે છે કે:-“દારૂના વ્યસન કરતાં પણ હાલમાં ચા-કાફી વધારે નુકસાન કરી રહ્યાં છે; એટલા માટે વ્યસનનિષેધક મંડળીઓએ લોકોમાં તે વિષે વિશેષ અજવાળું પાડવાની જરૂર છે.”

**દશ કરોડ રૂપિયા ચા-કાફીમાં!**

હિંદુસ્તાનમાં ચા પીવાનો શોખ દિવસે દિવસે વધતો જાય છે. ચાના બગીચાવાળાઓ મોટે ભાગે વિદેશી હોય છે અને તેઓએ હિંદમાં ચાનો ખપ વધારવામાટે સને ૧૯૧૬ માં ડૉ. દોહલાખ નોખા કાઢ્યા હતા, જેના પરિણામમાં તેજ વર્ષમાં આશરે સાડાત્રણથી ચાર કરોડ રૂપિયાનો ચા હિંદમાં વેચાયો હતો. ૧૯૧૭ માં સવા બે લાખ

પેયા બાબુએ મૂક્યા હતા, પણ તે વર્ષમાં કેટલો ચા વેચાયો તેનો પોર્ટ બહાર પડેલો ન હતો. એવો અડસટો કાઢવામાં આવે છે કે, પાછળ આશરે ૪ કરોડ અને વિદેશી ખાંડ પાછળ ૬ કરોડ મળી ૧ કરોડ રૂપિયા રૂકા ચા-કૉફી પાછળ ખરચવામાં આવે છે. બદલા-ચા-કૉફીનું દાસત્વ તથા નળણી પાચનશક્તિ મળે છે. દરેક સમ-માણસને પોતાના ઘરમાંથી ચા, કૉફી તથા કેકો જેવાં વિનાશ-રૂક પીણાંને જેમ અને તેમ જલદીથી બહિષ્કાર કરી આરોગ્ય માં ધનનું રક્ષણ કરવું ઘટે છે. જે ધનનો ઉપયોગ પરદેશીઓનાં રસાં તર કરવામાં થાય છે, તે ધનનો ઉપયોગ જો દેશમાં વિદ્યા-ર વગેરે વધારવામાં થતો હોય તો કેવું સાઈ !

કેકો

કેકોનો ઉપયોગ આપણા દેશમાં ચાના ઉપયોગ જેટલો વિશાળ માણમાં થયો નથી, તેનું કારણ તે ચા કરતાં કંઈક મોંઘો છે; તો-યુ જે લોકો ચાલુ જમાનામાં પોતાને 'ફેશનેબલ' કહેવડાવે છે, માંએને ત્યાં કેકો પૂર્ણ સત્તા ભોગવે છે. ચાની પેઠે કેકો પણ પા-શક્તિને મંદ પાડે છે. તેમાં પણ નિશો રહેલો છે; કેમકે જેને તેનું સન પડે છે, તે તેને મૂકી શકતો નથી. કેકો પીવાથી ચામડી ડુર અને છે, લોહી તથા બળ ક્ષીણ થાય છે અને વીર્ય કે જેનો ગ્રહ દરેક મનુષ્યે કરવોજ જોઈએ તેને તે હરી લે છે.

કેકોની ઉત્પત્તિવિષે જો જાણવામાં આવે તો જોએનાં હૃદય દ-ગુ હોય છે, તેઓ કદી તેનો ઉપયોગ કરેજ નહિ. જે ઠેકાણે કેકો થાય છે, ત્યાં સીદીઓ ઉપર એટલો બધો જીલમ ગુજરવામાં આવે કે જો તે આપણે નજરે જોઈએ તો ચકરી આવે અને તે પીવા-કદી ઇચ્છા ન કરીએ. કેકોનાં ખેતરોમાં ગીરમીટીઆ મજુરો ર થતા જીલમોવિષે મોટાં મોટાં પુસ્તકો રચાયાં છે. જે વસ્તુ મ-યોનાં અંતઃકરણો બાળીને તથા રક્ત ચૂસીને પકવવામાં આવે છે, વસ્તુ મનુષ્યજાતને પુષ્ટિ આપીજ કેમ શકે ?

કોકોમાં ચા-ફાફીના દોષો પણ રહેલા છે. કોકોનો અતિ ઉપયોગ પેસા તથા આરોગ્યનો નાશ કરવાવાળો છે. જે લોકો ચા-ફાફી અગર કોકોમાં પોતાનાં નાણાંનો વ્યય કરે છે, તે લોકો જે તે વસ્તુને બદલે દૂધ લેવામાં વ્યય કરે તો તેમના આરોગ્યનું ધણી સારી રીતે રક્ષણ થઈ શકે; તેમ છતાં જે લોકોને તેનાવિના ચાલતું જ ન હોય તે લોકોએ તુલસીનો નિર્દોષ અને પુષ્ટિકારક ચા પીવાનો ચાલ દાખલ કરવો. તેથી જઠરામિ પ્રદીપ્ત રહેશે અને તુલસીમાં શક્તિ આપવાનો ગુણ હોવાથી શક્તિ પણ મળશે; પરંતુ જેને તે ચા અતિ ગરમ લાગે, તેણે ધડને બરાબર સાફ કરી ચૂલાપર ખુંદદાણાની માફક શેકી તેનું ચૂર્ણ બનાવી તેનો ચા બનાવી તે પીવો. આવી રીતે બનાવેલો ધડનો ચા પણ પુષ્ટિકારક છે. આ ચાથી તંદુરસ્તી તથા પેસા બંનેનું રક્ષણ થઈ શકશે.

## ૨૦-ગામઠી વનસ્પતિઓની રહા

તુલસી, કદાર, ખીલી, લળમણી અને આંબો, આ પાંચે વસ્તુઓનાં પાન (એમાં આંબાનાં પાન કુમળાં લેવાં) લઈ તેને છાંયે સૂકવી અધકચરાં કરી રાખવાં. ભૂખને મારનારી અને લોહીને બગાડનારી હાલની રહાને ઠેકાણે આ આરોગ્યદાયક અને વગરખર્ચે તૈયાર થતા ધરાળ વનસ્પતિઓના ભૂકાને થોડી વાર પાણીમાં ઉકાળી લેવાથી જે રહા તૈયાર થાય છે તે ભૂખ લગાડે છે, વાયુ હટાવે છે, લોહી સુધારે છે અને એકંદરે વાયુ, પિત્ત અને કફ, એ ત્રણમાંથી કોઈ પણ પ્રકારની પ્રકૃતિવાળાને માફક આવે છે.

જેઓ ગરમાગરમ પીણાની કુટેવ નજ છોડી શકતા હોય, તેમને માટેજ ઉપલી ધરાળ રહાની સૂચના છે; નહિ તો માણસને માટે એકલું પણ ગરમાગરમ પાણી પીવું એ આંતરડાંને શેકીને નિર્બળ બનાવનારું છે. પથારીમાંથી ઉઠ્યા પછી થોડા કાગળા કરીને લોટામાંનું રાતનું બરી મૂકલું અને તે નહિ તો છેવટે તાજું પાણી પણ એક



પ્યાલો રોજ પીધા કરવાથી જે ઉત્તમ લાભ થાય છે, તેના અસાધારણ ફાયદાઓ તો આ બાબતની અજમાયશ એક મહિનો ૨૬ા અને બીજું ગરમાગરમ પીણું છોડીને કરી જોવાય ત્યારેજ સમજાય તેમ છે.

## ૨૧-૨૬ા એ શું ખોરાક છે ?

૨૬ા એ ખોરાક છે કે કેમ ? આ બાબત ઘણા ડૉક્ટરો પ્રયોગો કર્યાજ કરે છે; અને લગલગ બધા એકમત થયા છે કે, ૨૬ાને ખોરાક કહેવો તે મૂર્ખાઈ છે. ૨૬ા તો માણસના શરીરને અશક્તિ લાવવાવાળી ચીજ છે. જ્યારે કોઈ પણ કારણે શરીર થાકી જાય છે અને કુદરત કહે છે કે “તું કામ કરતો નહિ” સારે આ થાકેલો માણસ ૨૬ાનો પ્યાલો લઈ પેટમાં ઝેર નાખે છે. આ ઝેર કહે છે કે:- “રસ્તો ખુલ્લો છે, આગળ ચલાવ.” આ પ્રમાણે થાકેલો માણસ કુદરતની વિરુદ્ધ જઈ કામ શરૂ કરે છે. પરિણામ એ આવે છે કે, તેને થાક વધુ ને વધુ લાગતો જાય છે અને છેવટે ટાંટીઆ લાંબી જાય છે. ૨૬ાના શોષીનો સમજી જઈ ૨૬ાને બદલે છાશ પીવાનું ચાલુ કરે તો જરૂર ટાંટીઆમાં વધારે બળ આવે. ૨૬ા પીવાથી તો ઉપર જણાવ્યું તેમ ટાંટીઆ ગળી જવાનાજ. પ્રભુએ આંખ આપી છે, તેનો ઉપયોગ કરી જોનારને માટે દુનિયામાં દાખલા ઓછા બનતા નથી. અંધાને માટે તો કુદરતે મોટી ખાઈ ખોદી રાખી છે; ભણે આવીને તેમાં પડે !

## ૨૨-૨૬ા અને કૌફી

( હિંદી ‘માધુરી’ ઉપરથી )

તંબાકુની પેડે ૨૬ા-કૌફી પણ ભારતવર્ષમાં ખૂબ પ્રચલિત છે. મહારાષ્ટ્ર અને દક્ષિણમાં તેનો સૌથી વધુ પ્રચાર છે. જાહેરખબર-બાજે તેને “તાળ કરનારી માત્રાઓ” કહે છે. કોઈ કોઈ તો ગરમ ૨૬ાથી તાવને દૂર કરતા ફરે છે; પણ માનનીય ( જસ્ટિસ ) ન્યાયમૂર્તિ

રમેશમ્ના મત પ્રમાણે 'તે પદાર્થો ભોજ્ય નથી પણ વિષ છે.' તેના નિરંતર સેવનથી એક એ પેઢીમાં તે કુટુંબના લોકોની જીવન-શક્તિ ક્ષીણ થઇ જાય છે. ઘણાખરા નાના-મોટા વ્યાધિઓ ચ્હા અને કૌશીની ટેવને લીધેજ થાય છે. ડૉ. વિલિયમ ટિમ્સ કહે છે કે, ચ્હા-કૌશી પીનારાઓ કહે છે કે એક પ્યાલો પીવાથી જાગૃતિ આવે છે અને શક્તિ વધે છે. તેનું ખરું કારણ તો તેમાં મળેલાં દૂધ અને સા-કર છે. જેઓ ચ્હા-કૌશીની આદતવાળા છે, તેમનામાં ધણેભાગે અપચો, હૃદયમાં દાહ, ચહેરાનું કરમાઈ જવું, ગભરાટ, હૃદયની અનિયમિત ગતિ, તેનું ધડકવું, માથાનો દુઃખાવો અને નિદ્રારોગનાં ચિહ્ન દેખાઈ આવે છે. એક ડૉક્ટરે ઉમેયું છે કે, કૌશીના એક પ્યાલામાં મૂવના કરતાંએ વધારે ચૂરિક ગેસ રહે છે. હજારો સ્ત્રીપુરુષો-જેઓ નિદ્રા, શિથિલતા, અપચો અને બંધકોશની ખૂમો પાડ્યા કરે છે, તેનું કારણ આ આ-દતજ છે. ચ્હા અને કૌશી પીનારાઓને કદાચ ખ્યાલ પણ નહિ હોય કે તે ઓળખેલા સેવનથી તેઓ રક્તસંચલનને તેજ કરનારી માત્રાઓ લે છે.

ઘણા લોકો કહે છે કે, ચ્હા અથવા કૌશી પીધા બાદ તેમનો થાક દૂર થાય છે. આ બહુજ ભૂલભરેલી માન્યતા છે. વાસ્તવિક રીતે આ માત્રાઓ શિથિ-લતાનાં કેન્દ્રોને ટુંક સમય માટે જરૂર બંધ કરે છે, પણ તેના બાવ સ્થાયી નથી હોતો. ધણે ભાગે ચ્હા અને કૌશી પીનારાઓનેજ સખ્ત અપચો રહ્યા કરે છે; કારણકે તેના સેવનથી પેટમાં ગાંઠો બંધાઈ જાય છે.

બાળકોને માટે તો તે ખાસ વર્જ્ય છે. તેના સેવનથી તેમની ઉંઘ ઓછી થઇ જાય છે. વાસ્તવમાં બાળકોમાટે ઉંઘ ખાસ જરૂરની છે. ચઢતી વયમાં તેનું સેવન કરવાથી આયુષ્ય ઓછું થવા લાગે છે.

## ૨૩-ઠંડી કુલફી મલાઈ! ગરમાગરમ ચ્હા કૌશી!

(દૈનિક 'લિંદુસ્તાન'માંથી)

આ ખૂબ શહેરોમાં રહેનારાને કાને હમેશાં પહોંચે છે. આ ખૂમો-એ માણસોની હોજરી બગાડવામાં પૂરેપૂરો ભાગ ભજવ્યો છે. મહાન

ડોક્ટરોનું કહેવું એવું છે કે, શરીર સારું રાખવાને માટે પ્રભુએ મોંને દરવાજો ખનાવ્યો છે. જો ધરના ખારણામાં આપણે સારા માણસને દાખલ કરીએ તો નુકસાન થાયજ નહિ; પણ જો બેદરકારીથી અથવા જાણીબુઝીને તેમાં ખરાબ માણસો દાખલ થઈ જાય, તો જરૂરજ નુકસાન થાય છે. એમ કહેવામાં આવે છે કે, જે વસ્તુઓ ગમે તેટલી વખત મોંમાં રાખવા છતાં દાઢ પણુ જાતનું દુઃખ ન થાય, તેજ વસ્તુઓ ખાવા-પીવામાં વાપરવી જોઈએ. કુલશી, મલાઈ કે આઈસક્રિમ આપણે મોંમાં જરા વાર પણુ રાખી શકતા નથી અને તરતજ ગળાનીચે ઉતારવા મહેનત કરીએ છીએ; તેમજ ગરમાગરમ ચા-ફાંશી પણ આપણે મોંમાં રાખી શકતા નથી અને તરતજ ઉતારી જઈએ છીએ. આવી બેહદ ઠંડી કે બેહદ ગરમ ચીજો ખાવાથી જઠરાગ્નિને બહુજ નુકસાન પહોંચે છે. આપણા શરીરની અંદર મોંથી શરૂ થઈને કંઈ પુઠંસુધી એક સંગમ નળી છે. આ નળીને અંદરથી ફરતું ઝીણું ચામડાનું પડ છે. આ પડ એવું સૂક્ષ્મગ્રાહી છે કે આપણા શરીરની ગરમી કરતાં વધારે ગરમ કે વધારે ઠંડી ચીજ તેના સંગમમાં આવે તો તે કંઈયે થઈ જાય છે. આમ થવાથી તેનું કામ તે કરી શકતું નથી અને તેથીજ ખોરાક પાચન કરવાની ક્રિયા મંદ પડે છે. આટલા માટેજ બહુ ગરમ કે બહુ ઠંડી ચીજોથી ચેતતા રહેવાની જરૂર છે. આપણા કેટલાક શોખીન લાઈઓ, સ્વાદના રસીઆ અને ગરમાગરમ દાળ કે કઢીના સખડકા લેવાવાળાઓએ પણ આ વાત લક્ષ્યમાં રાખવા જેવી છે. ચા, ફાંશી, કુલશી, મલાઈ વગેરેના રસિકો આની નોંધ લેશે કે? આ પોથીમાંહેલાં રીઝણાં નથી હો લાઈ!!

## ૨૪—‘સેકેરીન’ દેશનિકાલ !

સાકરથી પપ૦ ગણી ગળી ‘સેકેરીન’ને બધા જોળાયે છે. આ કાલતારની ખનાવટ છે. લાંબો વખત તે વાપરવામાં આવે તો ઝેરી ગણાય છે. સાકરને બદલે ઘણાં માણસો આ ચીજનો ઉપયોગ કરે છે.

એજીઅમ સરકારે આ ચીજ મંગાવવાની, વાપરવાની, ગહાર ચઢાવવાની કે રાખવાની પણ મનાઇ કરેલ છે. જે જે ચીજોની ખનાવટમાં 'સેકેરીન' વાપરવામાં આવેલ હોય, તેને પણ આ કાયદો લાગુ પાડ્યો છે. ખોરાકની ચીજમાંથી તો 'સેકેરીન'ને દેશનિકાલ કરવાની ખરેખર જરૂર છે. લેમોનેડ અને શરબતોમાં એ બહુ વપરાય છે. હોટેલની ચામાં પણ વપરાય છે; છતાં પ્રજા સમજતી નથી અને સરકાર કશું કરતી નથી.

## ૨૫-તમાકુના ભક્તોને ભયની ચેતવણી

( લેખક:-મણિશંકર મૂળશંકર ત્રિવેદી )

તમાકુનો ઉપયોગ ત્રણસો વર્ષ પહેલાં અમેરિકામાં થતો હતો. દેખાદેખીથી ત્રણસો વર્ષમાં તમાકુનો ઉપયોગ એટલો બધો વધી પડ્યો છે કે એવું એકે ગામકું નહિ હોય કે જ્યાં તમાકુનો ઉપયોગ નહિ થતો હોય. જ્યાં ગામડાની વાત કરવામાં આવે છે ત્યાં શહેરની તો વાતજ શી કરવી? તમાકુનો આટલો બધો ફેલાવો થવાનું મુખ્ય કારણ દેખાદેખીજ છે. જનસ્વભાવ એવો છે કે, કોઈ પણ નહારી વાત ઉપર તેના મનની પ્રતિતિ જલદી થઈ જાય છે. વળી તમાકુ એક દેશમાંથી બીજા દેશમાં નવાઇની વસ્તુનરીકે ફેલાઈ અને ચડસાચડસીથી લોકો તેનો છૂટથી ઉપયોગ કરતાં શીખ્યા.

### તમાકુમાં કેફી પદાર્થો

તમાકુમાં ત્રણ પ્રકારના કેફી પદાર્થો જેવામાં આવે છે:-(૧) તમાકુમાં નિકોટીન નામનો ચાંકણો તેલ જેવો પ્રવાહી પદાર્થ હોય છે, તે બહુ ઝેરી છે. તેમાં તમાકુની વાસ આવે છે અને તીખો હોય છે. તેનું એકજ ટીપું કૂતરાને આપ્યું હોય તો કૂતરું મરી જાય છે. તે ઝેર તાપથી ઉઠી જાય છે. (૨) તમાકુમાં બીજો તેલ જેવો કડવો પદાર્થ રહે છે. મોં ઉપર મૂકવાથી તમાકુના જેવીજ તેની અસર થાય છે. નાકે લગાડવાથી છીંક આવે છે અને ખાવાથી ફેર તથા અક્કર આવે છે અને ઉલટી થાય છે. (૩) તમાકુમાં ત્રીજાવાળું

તેલ રહે છે. આ તેલ ઝેરી છે, તે ઉડી જતું નથી. તેનું એક રીપું બિલાડીને ખે મીનિટમાં મારી નાખે છે. આ ત્રણે પ્રકારનાં ઝેર તમાકુમાં રહે છે; પણ તાપમાં તે ઉડી જાય છે, તેમજ ઘણા થોડા પ્રમાણમાં હોવાથી માણસને તમાકુનો ઉપયોગ કરવાથી મારી નાખતા નથી; તોપણ આ ત્રણે તત્ત્વો તમાકુ પીનાર ઉપર અસર કરે છે. જે લોકો તમાકુ બહુ પીએ છે, તેમનામાં હમેશાં નિશો રહે છે અને તેનું શરીર વહેલું બગડે છે.

### તમાકુ સુંઘવા, ખાવા ને પીવાથી થતી ખરાબી

તમાકુ સુંઘવાથી નિશો ઘણા ઓછા પ્રમાણમાં આવે છે અને કેટલીક વખત માથાનાં દરદ તથા સળેખમને શાંત કરે છે; પણ તેના વખતોવખતના ઉપયોગથી કશો ફાયદો મલકતો નથી. એના અતિ ઉપયોગથી નાકની અંદર ચાંદી અને માથાનાં, ગળાનાં અને પેટનાં દરદો થાય છે. વળી છીંકણી સુંઘવાથી નાક તથા સાદને ઇજા થાય છે. છીંકણી ધુંટનારને ક્ષય વગેરે દરદો થયાના ઘણા દાખલા મલક્યા છે.

તમાકુ ખાવાથી અપચો, અજીર્ણ, મોંનું ગંધાવું, દાંતનો સડો, અતિસાર, મરડો, ફેર વગેરે રોગ લાગુ પડે છે. તમાકુ ખાનારને વળી થુંકવા માટે વખતોવખત ઉઠવું પડે છે અને એ રીતે પણ તમાકુ ખાનાર ખીજને સુગ અને અણગમો પેદા કરે છે.

તમાકુ ત્રણ રીતે પીવાય છે:-(૧) હોકાથી, (૨) ચલમથી અને (૩) ખીડી અથવા ચીરટથી. દરેક રીતે પીવાથી તમાકુનો ઝેરી ધુમાડો પીનારના શ્વાસોચ્છ્વાસમાં જઈ મોંના, ગળાના, દમના, મગજના અને જઠરના જૂદા જૂદા રોગોને પેદા કરે છે અંગર તો તેવા રોગોને લાયક શરીરને બનાવે છે. વળી તમાકુ પીનારની સ્મરણશક્તિ મંદ પડી જાય છે.

તમાકુનો ઉપયોગ કરવા કુદરત પણ ના કહે છે.

દાખલાતરીકે જે માણસે તમાકુનો ઉપયોગ કદી નહિ કર્યો હોય તેને જો થોડીક પણ તમાકુ ખાવા આપશું તો તેને ઉલટી થઈ ફેર આવે છે. કુદરતજ તેને શરૂઆત કરતાં અટકાવે છે; છતાં તે ખાવામાંજ મદદી છે

એમ માની વખતોવખત અભ્યાસ કરી તેને ખાવાની ટેવ પાડે છે.

તમાકુમાં પિત્ત વધારવાનો, મદ ચઢાવવાનો, ભ્રમ કરવાનો તથા આંખના તેજને હરી લેવાનો ગુણ છે. તમાકુમાં ઝેર રહેલું હોવાથી જનાવરોનાં-કીડીઆળાં ઘરોમાં તે દાખવાથી કીડા તથા જંતુઓ મરી જાય છે. તેનાં પાન અંડવૃદ્ધિ (વધરાવળ) ઉપર સીલારસ ચોપડી બાંધવાથી ફાયદો કરે છે. તેના પાણીથી જૂ મરી જાય છે. તેના નિલ સેવનથી શરીરમાં ટુંક વખતમાટે તે જગતિ પેદા કરે છે; પણ પછીથી તેના વગર ચાલતું નથી અને તે પોતાનું છુપું ઝેર શરીરમાં દાખલ કરી શરીરના સારા અવયવોને પણ ઝેરી બનાવે છે.

### તમાકુ પીનારાઓને સૂચના

તમાકુનું વ્યસન દુષ્ટ છે. તેનાથી કેાઇ પણ પ્રકારનો લાભ છેજ નહિ. ફક્ત થોડાક વખતસુધી તે શરીરને નિશામાં રાખે છે, પણ અંતે તો તમાકુથી શરીર ફિક્કું પડી જઇ પાંડુરોગ અને ક્ષયરોગ થાય છે. તમાકુને લીધેજ દારૂ પીવાનું વ્યસન પડે છે. તે સંબંધમાં ન્યુયૉર્કમાં તમાકુવિરુદ્ધ હિલચાલ ચલાવનારી મંડળી (ન્યુયૉર્ક એન્ટી ટોબેકો સોસાયટી) પોતાના રિપોર્ટમાં જણાવે છે કે, થુંક પેદા થાય છે તે ગ્રંથિઓ(સેલીવરી ગ્લાન્ડસ)માંથી તમાકુ પીવાથી તથા ખાવાથી થુંક ખૂટી જાય છે અને તેથી તમાકુ પીધા અગર ખાધા પછી (કેટલાકોને) દારૂ પીવાનું મન થાય છે. તમાકુથી નાડી નરમ પડે છે, શરીર ફિક્કું થઇ જાય છે, મોંમાં ચાંદીઓ પડે છે, પેટમાં ભયંકર વ્યાધિ થાય છે, લોહી અનિયમિત રીતે ફરે છે અને આંખે અંધાપો આવી જાય છે. કેટલાક એમ કહે છે કે, તમાકુથી અમને ઝાડા તથા પેશાબનો ખુલાસો રહે છે. વખતે તેમ હશે; પણ જે લોકો તમાકુ નથી પીતા તેને પણ ઝાડા તથા પેશાબનો ખુલાસો રહે છે. એકંદરે જોતાં તમાકુ શરીરને બગાડનાર ચીજ છે. તમાકુ અનાજ નથી. તે નથી દૂધ કે નથી પુષ્ટિ આપનારો પદાર્થ. તમાકુ પીનારાઓએ આ સર્વ વાંચી-વિચારી તમાકુને ધીમે ધીમે કાઢી નાખવા પ્રયત્ન કરવો.

તમાકુવિષે નામાંકિત ડૉક્ટરોના અભિપ્રાય

ડૉ૦ પ્રાઉટ—લખે છે કે, તમાકુ પીવાથી માણસો નબળા પડી જાય છે. લોહીમાંથી લાલારાશ ઘટી પીળાશ આવે છે. છીંકણીથી અ-જીર્ણ, કલેજાં તથા જઠરનાં દરદો વગેરે થાય છે અને એવાં દરદોથી મૃત્યુ થયેલા દાખલાઓ મોજીદ છે.

ડૉ૦ ટેલર—લખે છે કે, ૧૮૭૭ માં એક માણસે લાકડાની એક ચલમ સાફ કરી પોતાના છોકરાને રમવા આપી. છોકરાએ તે ચલમ-નો ઉપયોગ સાણુના પરપોટા ઉડાડવામાં કર્યો, તેથી તમાકુનું ઝેર મોંદારા તે છોકરાના શરીરમાં દાખલ થયું. તેની અસરથી છોકરો બે-શુદ્ધ થઈ મરી ગયો.

ડૉ૦ ટવીચિલ્—કહે છે કે, તમાકુથી ફેફસાં, હૃદય અને જઠરના રનાયુ નરમ પડી જાય છે. કોઈ કોઈ વખતે હૃદય એકદમ ઓચીંતુ બંધ થઈ મરણ પણ થઈ જાય છે.

ડૉ૦ કલન—જણાવે છે કે, ઘડપણ આવ્યા પહેલાં તમાકુથી સ્મ-રણશક્તિ નાશ પામેલી, મૂર્ખતા આવેલી અને જ્ઞાનતંતુઓની હાર-માળા બગડી ગયેલી એવા ઘણા દાખલા મારા અનુભવમાં આવ્યા છે.

ડૉ૦ ઓલકોટ—કહે છે કે, તમાકુથી શરીરને ખીજાં જે નુકસાનો થાય છે, તેના કરતાં સ્મરણશક્તિને વધારે નુકસાન થાય છે, એ વાત ચોક્કસ છે.

ડૉ૦ એલીન્સન—કહે છે કે, ફ્રાન્સદેશમાં ખાસ જોવામાં આવ્યું છે કે જેમ જેમ તમાકુનો ઉપયોગ વધારે થતો જાય છે, તેમ તેમ ગાંડાં થઈ જતાં માણસોની સંખ્યા પણ વધતી જાય છે.

ગવર્નર સલીવાન—પોતાના સ્વાનુભવથી લખે છે કે, “તમાકુ મને જડ અને સુસ્ત કર્યાવિના, મારી નિલના વિચારની ચંચળતામાં ખસેલ કર્યાવિના અને મારી માનસિક શક્તિને નબળી પાડ્યાવિના કદી રહી નથી.”

ફ્રાન્સદેશની શાળાઓમાં તમાકુના ઉપયોગની અટકાયત છે, તેમજ યુનાઇટેડ સ્ટેટમાં લશ્કરી શાળામાં ખીડી પીવાની સખ્ત મ-

નાઈ કરવામાં આવી છે.

તમાકુવિષેના આ સર્વ અભિપ્રાયો વિદ્વાન અને નામાંકિત ડોક્ટરોના છે, માટે તેનો ઉપયોગ કરનારાઓએ આ ઉપરની શિખામણ ધ્યાનમાં લઈ જેમ અને તેમ તેનો જવદીથી નિષેધ કરવો એજ સલાહ તથા સલામતીભરેલું છે.

### તમાકુવિષે મહાત્મા ગાંધીજીનો ઉપદેશ

જેવી રીતે દારૂ, ભાંગ તથા અશીણ ખરાબ છે, તેથી પણ તમાકુ વધારે ખરાબ છે. તમાકુની સત્તા મનુષ્યજાતિપર એટલી બધી વધી ગઈ છે કે, તેમાંથી છૂટવાને માટે ઘણો વધારે સમય લાગશે. નાનાંથી મોટાંઓ સર્વ તેના ઝપાટામાં આવી ગયાં છે. આશ્ચર્યકારક તો એ છે કે, નીતિમાન માણસો પણ તમાકુનો છૂટથી ઉપયોગ કરે છે. મિત્રના સન્માનમાટે આજકાલ તમાકુ એક ઉત્તમ સાધન થઈ પડ્યું છે. સાધારણ મનુષ્યો તો જાણતાં નથી કે, તમાકુનું વ્યસન દૃઢ થાય એટલા માટે સીગરેટ અગર ચીરટ બનાવવાવાળા તેમાં એક પ્રકારનો સુગંધીયુક્ત તેજબ છાંટે છે. તમાકુને ટેસ્ટવાળી બનાવવા-માટે તેમાં અશીણનું પાણી છાંટે છે, તેથી તમાકુ માણસપર જીદુઈ અસર ચલાવી રહી છે. તમાકુનો ફેલાવો કરવામાં હજારો રૂપિયા જાહેરખર્ચમાં ફેંકી દેવામાં આવે છે. યુરોપમાં ચીરટ બનાવનારી કંપનીઓ પોતાનાં છાપખાનાં ચલાવે છે, બાયોસ્કોપ ખરીદે છે, ઇનામી ટીકીટો કાઢે છે વગેરે હજારો પ્રકારની યુક્તિઓ કરે છે. તમાકુ-એ પોતાની સત્તા સ્ત્રીઓપર પણ ચલાવી છે. તમાકુ-ચીરટથી જે નુકસાન થાય છે, તેના આંકડા વિગતવાર આપી શકાય નહિ. ચીરટ પીવાવાળા જ્ઞાનશૂન્ય બની જાય છે અને બેપરવાઈથી બીજાના ઘરમાં રજવગર ચીરટ સળગાવી પીએ છે અને તેમાં તે શરમાતા નથી.

એવો અનુભવ થયો છે કે, તમાકુ—ચીરટ પીવાવાળા આથી પણ વધારે મોટા અપરાધો કરે છે. બચ્ચાંઓ બીડી પીવાને માટે પોતાના માબાપથી છાના ઘરમાં ચોરી કરે છે. જેઝમાં કેદીઓ મોટી જોખમ-



રી સહન કરીને ખીડીને છુપાવી રાખે છે. લડાઇમાં ચીશ્ટ પીવા-  
નાઓ ચીશ્ટવગર ગાંડા તથા ઉદાસ બની જાય છે અને કોઇ પણ  
કારનું કામ કરી શકતા નથી.

ચીશ્ટનું ખર્ચ—પણ કંઈ કમતી આવતું નથી. કેટલાએક માણસો-  
નાં તો ચીશ્ટ પછવાડે માસિક ખર્ચ રૂ. ૭૫ કરવું પડે છે. ઉપ-  
રાકત ઉદાહરણ તદ્દન સાચું છે. મુંબઈમાં ચીશ્ટના વેપારીઓએ  
માળા ખરીદ કર્યા છે, કોઈએ ફેક્ટરી ઉભી કરી છે; વગેરે પૈસા ફક્ત  
ચીશ્ટના ધંધામાંથીજ પેદા કરવાના ઘણા દાખલા મળી શકે તેમ છે.

ખીડી પીવાથી પાચનશક્તિ મંદ પડી જાય છે, મોઢું ગંધાય છે,  
ચીડીના ધૂમાડાથી બહારની હવા દૂષિત થઈ જાય છે, દાંત કાળા તથા  
પીળા પડી જાય છે. જે મનુષ્યો નિરોગી રહેવા ઇચ્છે છે, તેઓએ  
ખીડી તથા તમાકુને અવશ્ય છોડી દેવી જોઈએ. દારૂ, તમાકુ,  
માંગ, ગાંજો આદિ વ્યસન આપણા આરોગ્યને હરી લે છે; એટલુંજ  
હિંદુ પણ આપણને ગુલામ બનાવી આપણી નીતિનો પણ નાશ કરે છે.

આપણા હિંદુસ્તાનમાં એક કરોડ રૂપિયાનો ધુમાડો થાય  
છે. એવું માલમ પડ્યું છે કે, બહાર દેશાવરથી હિંદુસ્તાનમાં ૧ કરોડ  
રૂપિયાની સીગારેટ આવે છે. તે સીગારેટનો ઉપયોગ આપણા  
શબ્દાંધવો માત્ર ટુંકી ધુમાડો કાઢવામાં કરે છે. આ પ્રમાણે એક  
કરોડ રૂપિયાનો ધુમાડો કરી પરદેશીઓનાં ખીસ્સાં તરફ કરવાનું કાર્ય  
આપણે પોતેજ કરીએ છીએ. જો સર્વ લાઇઓ સીગારેટ પીવાનો  
પાગ કરે તો એક કરોડ રૂપિયા હિંદમાં બચે અને તેનો ઉપયોગ કોઈ  
તત્કાર્યમાં થાય તો હિંદુસ્તાનને કેટલો બધો લાભ થાય !

## ૨૬-લક્ષ્મીનો વાસ

એક દિવસ ભગવાન ત્રિપુરુએ લક્ષ્મીજીને પૂછ્યું:—“ હે પ્રિયે !  
ખીજતિમાં તમારો વાસ ક્યાં ક્યાં છે ? ” સારે લક્ષ્મીજીએ કહ્યું કે:—

“ પ્રભો! જે સ્ત્રી માતપિતા અને સાસુસસરા આદિ વડીલોની પૂજા કરે છે અને પતિ ઉપર પ્રેમ રાખે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે. ”

“ જે સ્ત્રી સુંદર વસ્ત્રાલંકારોથી નહિ પણ સદાચારથી પોતાના અંગને શણગારે છે, કંકણથી નહિ પણ દાનથી પોતાના હાથને શોભાવે છે, નવા નવા અભિલાષોને નહિ વધારતાં આત્મસંયમનોજ વધારો કરે છે, સર્વ સાથે સૌજન્યથી વર્તી સલાહસંપત્તિ રહે છે અને સદા મધુર વાણીથી બોલે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે. ”

“ જે સ્ત્રી સદા ઉદ્યોગી, સંતોષી, પ્રસન્નમુખી, મિતાહારી અને મિતાચારી રહીને પોતાના હૃદયને અને શરીરને પવિત્ર રાખે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે. ”

“ જે સ્ત્રી પોતાની જાતની, બાળબચ્ચાંની, પતિની અને અન્ય કુટુંબીજનોની સંભાળ રાખે છે, બચ્ચાંને પ્રીતિપૂર્વક પોતાનાજ હાથે ઉછેરે છે અને કેળવે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે. ”

“ જે સ્ત્રી સૂર્યોદય પહેલાં ઉઠીને દેહ, વાળ, દાંત, કપડાં અને ઘરની તમામ ચીજો સાફસૂક કરી દે છે, કાળજીપૂર્વક ધરકામમાં મંડી જાય છે અને પતિ તથા બાળબચ્ચાંને સુખી રાખે છે, તેને ત્યાં મારો વાસ છે. ”

x                      x                      x                      x                      x

સ્ત્રી અને પુરુષ ઉભયમાં કેળવણીનો પ્રચાર નહિ થાય ત્યાં સુધી તમારાથી કશુંજ બની શકવાનું નથી.

પ્રથમ સ્ત્રીઓને ઉન્નત કરો અને ગરીબમાં ગરીબ જનવર્ગને ભગૃત કરો, ત્યારેજ તમારા દેશનું કલ્યાણ થશે.

## ૨૭—દીકરીને પણ દીકરા જેવીજ ગણો.

ભગવાન મનુષ્યે દુરમાયુઃ છે કે:—

**કન્યાપ્યેવં પાલનીયા શિક્ષणीयाति यत्नतः ।**

ભાવાર્થ:—કન્યાનું પણ પુત્રની પેઠે પાલન કરવું જોઈએ અને

ધણી કાળજીપૂર્વક તેને શિક્ષણ આપવું જોઈએ.

સ્વામી રામતીર્થજી કહે છે કે:—“હિંદમાં સ્ત્રીશિક્ષણ બંધ કરી દેવામાં આવ્યું તેની સગ પણ હિંદસારી પેટે ભોગવી રહ્યું છે. x x x સ્ત્રીશિક્ષણનો પ્રચાર કરો. તમારા પૂર્વજો સ્ત્રીશિક્ષણના પક્ષપાતી હતા. તમે કેમ વિરોધી બનીને તમારે હાથેજ તમારા પગ ઉપર કુહાડો મારો છો?”

## ૨૮—ભાગ્યવિધાત્રી

( લેખક:-લાલા લજપતરાય-“ગાંડીવ” તા.૧૩-૧૨-૨૫માંથી )

હિંદુ કોમની અત્યારની અવદશા જોઈને જેના દિલમાં દુઃખની જ્વાળાઓ સળગતી હોય અને આ પુણ્યવંત કોમને માટે જેના અંતરમાં પ્રીતિ ઉભરાતી હોય, એવો કોઈ પણ શિક્ષિત હિંદુ આ હિંદુ મહાસભાના સમાજસુધારણાના ઝુંડાનીચે આવ્યાવિના રહી શકેજ નહિ. સમાજસુધારણા, એ હિંદુ કોમની આજે પ્રથમ જરૂરિયાત છે; અને તેનાવિના આપણે રાજદ્વારી કે બીજી પ્રગતિ એક તરુ પણ સાધી શકવાના નથી. જે કોમમાં આળસ અને અસ્પૃશ્યતાનાં મૂળ આટલાં ઊંડાં નખાયાં હોય, જે કોમ જીંદગીને કલેશમય જંગલ માનતી હોય, જે કોમ જીવનના પ્રાણ-દીપકને ખુઝાવી નાખનારાં નિર્મોહ અને વૈરાગ્યનાં વ્રતોને પૂર્વજોનો મહામૂલો વારસો માનતી હોય અને એવા બિમાર માનસને કારણે જે કોમમાં નિરાશા અને નિરુત્સાહ, મંદતા અને દીનતા જીવનક્રમ બની ગયાં હોય તે કોમ, સખ્ત અથડાઅથડી અને હરિકાષ્ઠના આ યુગમાં, સન્માનનીય કોમ-તરીકે અને રાષ્ટ્રના સખળ અંગતરીકે કેમ જીવી શકશે? હિંદુ કોમ જો આપઘાત કરવા ન ઈચ્છતી હોય તો હિંદુઓએ, એક કોમતરીકે, એક અને અખંડ બનવા હવે જાગવું જોઈએ. હિંદુ કોમ જો જીંદગાની ચાહતી હોય તો હિંદુઓએ જ્ઞાતિઓ-ઉપજ્ઞાતિઓના અને વાડાઓ-ઉપવાડાઓના ભેદ ભાંગવા અને સાચું સંગઠન સાધવા પ્રગતિ-ને માર્ગે કુચકદમ કરવી જોઈએ.

એ સુધારણાની શરૂઆત આપણી માતાઓના, આપણી વિધાતા-સમી આપણી જનનીના ઉત્કર્ષથી થતી જોઈએ. હિંદુધર્મ હિંદુ-નારીને લક્ષ્મી, સરસ્વતી અને શક્તિનો અવતાર માને છે અને એનો અર્થ એ છે કે, એ નારીજ આપણા ઉત્થાન કે અધઃપતનની વિ-ધાત્રી છે; પણ આજે એ દેવીનીજ કેવી દુર્દશા છે? હિંદુ સ્ત્રી એ અત્યારે હિંદુના ધરતી ગુલામડી અને ચાકરડી છે. તેને ધરના ઉગ્મસ-વાળા ભાગમાં આવવાની કે ઉઘાડે મોંએ ઉચ્ચ સ્વરે બોલવાની પણ હિંદુસમાજ મનાઈ પોકારે છે. જે વયે યુરોપ અને અમેરિકામાં બાળાઓ શાળાઓમાં કસોડા કરતી, કસરતદ્વારા તેમનાં શરીર સુદૃઢ બનાવતી હોય છે, તે વયે હિંદુ નારી બાળકોની જનેતા બની હોય છે અને બિમારીમાં સડતી હોય છે. સ્ત્રીઓમાટે લજ્જા એ ઈચ્છનીય સહગુણ છે; પણ બેદર નિરાધારતા અને બેશુમાર પરાધીનતા, એ સ્ત્રી કે પુરુષ ગમે તેને માટે મહાપાતક છે. હું માનું છું કે, હિંદુ નારી તેની લજ્જા, તેની પતિનિષ્ઠા, તેની કૃત્યબલક્તિ-એ સહગુણોને બરાબર જાળવે; પણ સાથે સાથે હું હિંદુ સ્ત્રીને દુર્દાન્ત અને નિડર, સ્વાધીન અને સ્વમાની જોવા ઈચ્છું છું. એવી આત્મગૌરવ સમજનારી મહિલા-ઓજ ભારતની સ્વાધીનતા છતી આવનારા બહાદુર પુત્રોને જન્માવશે.

હિંદુઓ! મારા દેશબંધવો! સ્ત્રીજ તમારી ભાગ્યવિધાત્રી છે. તેને સન્માનો, તેને શિક્ષણ આપો, તેને મનુષ્યના અધિકાર બક્ષો અને તેમાં તમારો ઉદ્ધાર છે.

## ૨૯-ધરેણું પહેરાવી બાળકોનાં ખૂન કરાવો !

(લેખક:-લાલશંકર લક્ષ્મીદાસ-જુનાગઢ)

આ દેશમાં અવિચારી હિંદુ તથા મુસલમાન માઆપો પોતાનાં બાળકોને ધરેણું પહેરાવે છે; અને તેને પરિણામે સેંકડો બિચારાં બાળકોનાં જૂદી જૂદી રીતે ખૂન થાય છે.

હાલમાં ખીજપુરમાં બાર વરસની હંમરના એક હિંદુ છોકરાને બે

ધરેણું પહેરાવી બાળકોનાં ખૂન કરાવો ! ૪૭

બદમાસોએ ગળું દબાવીને તેનાં ધરેણું માટે મારી નાખ્યો છે; અને તે ગુન્હા માટે એક તહોમતદારને ફાંસીની સજા અને બીજાને જન્મ-દેશનિકાલની સજા થયેલી છે.

તે હતભાગી છોકરાની લાશને તેની માએ મરેલી હાલતમાં ઓળખી હશે, ત્યારે તેણીએ કેટલી ખૂસો પાડી હશે; કેટલા જોરથી છાતી ઢૂરી હશે અને પોતાનાં વહાલા દીકરાને ધરેણું પહેરાવીને પોતેજ તેનું ખૂન કરાવવામાટે તે મૂર્ખ સ્ત્રી કેટલી બધી પસ્તાઈ હશે ? વળી બીજી તરફ ફાંસી તથા જન્મદેશનીકાલની સજા પામેલા તહોમતદારોનાં કુટુંબોમાં પણ કેવી ત્રાસદાયક મોકાણ થઈ હશે, તેનો ખ્યાલ કાણ કરી શકશે ? બીજા એક કસમાં એક મુસલમાને પોતાના પાંચ વરસના ભત્રીજાને માત્ર ચાર રૂપિયાનાં ધરેણુંમાટે એક દૂવામાં નાખીને મારી નાખ્યો હતો !

મારા પોતાના શહેર જુનાગઢની સરકારી કન્યાશાળામાં ધરેણું માટે થતાં ખૂનોસંબંધી મારાં હેડબીલો મેં કેટલીક મુદત ઉપર ફેલાવેલાં હતાં તે ચેતવણીની દરકાર નહિ કરીને એક છોકરી ધરેણું પહેરીને નિશાળે જતી હતી, તેવામાં કાંઈ બદમાસ તેણીને મળ્યો. તેણીને ફેસલાવીને તે એકાંત જગામાં લઇ ગયો અને ત્યાં તેણીને નિર્દય રીતે મારી નાખીને તેણીનાં ધરેણું લઇ ગયો !

અહમદનગર જીલ્લાના એક ગામમાં પાંચ વરસની એક છોકરીના દાગીના માટે એક શખસે તેણીનું ગળું તથા પગ કાપી નાખીને મારી નાખી તે માટે અહમદનગરના સેશન્સ જડજે તે ખૂનીને ફાંસીની સજા કરી છે.

ઉપર પ્રમાણે કાંઈ સેંકડો ખૂનોના રિપોર્ટો આજ સુધીમાં વર્તમાનપત્રોમાં છપાયા છે, પણ હતભાગી હિંદુ તથા મુસલમાન માઆપો બસ ચેતતાંજ નથી. તેઓ તો પોતાનાં બાળકોને ધરેણું પહેરાવેજ જાય છે; અને પછી જ્યારે બાળકોનું ખૂન થાય છે, ત્યારે પોતાની મૂર્ખાઈમાટે પોક મૂકે છે !

# ૩૦-ધર્મરૂપી પ્યાલા-કાણુ કેનો શત્રુ છે !

(સ્વામી રામતીર્થ-ગ્રંથ ચોથા ઉપરથી)

આ પ્રતીત થતું હિંદુપણું, મુસલમાનપણું અને ઇસાઈપણું, એ તો જૂદા જૂદા પ્યાલાના જેવું છે, કે જે પ્યાલાઓવડે પવિત્ર વિશ્વ-પ્રેમરૂપી દૂધ પીવરાવવાના પ્રયત્ન વખતોવખત થયા કરે છે. x x x એવા પ્યાલા તો આગલા વખતના પણુ અનેક આપણી આગળ પડ્યા છે; પરંતુ આપણે તો દૂધજ નેઈએ, જેનાથી હૃદયની જ્વાળા શાંત થાય એવું પીણુંજ અમને તો જલદી જલદી આપો !

x x x x

અમારે તો અકબરદિલીની(હૃદયની વિશાળતાની)જ જરૂર છે. પછી તે ગમે તે પ્યાલામાં ભરીને પાઓ ! ચાહે તો તે પ્યાલો નવો હોય કે જૂનો, ચીતરેલો હોય કે સાદો અને સોનાનો હોય કે માટીનો !

ખાલી પ્યાલાનીજ ઉપાસના કરવાથી તો વિરોધજ વધે છે. આ બધા પ્યાલાઓ (સંપ્રદાય અને મતમતાંતરો) તો કેવળ મૂર્તિઓજ છે. જે સાચો મસ્ત પુરુષ એ બધી મૂર્તિઓમાંથી અમૂર્તસ્વરૂપ આત્મામાં પહોંચી ગયો, તેને ધન્ય છે ! મિથ્યા નામરૂપમાંથી સત્યસ્વરૂપમાં પહોંચી જવાતાંજ-સ્વાત્માનંદની પ્રાપ્તિ થતાંજ એ પ્યાલો એના હાથમાંથી છૂટી ગયો, ઝુટી ગયો, ભાગી પડ્યો !

અમે તો ધર્મગ્રંથમાંથી અંદરનું મગજ (તત્ત્વ) લઇએ છીએ અને શબ્દરૂપી હાડકાંને કૃતરાંની તરફ ફેંકી દઇએ છીએ.

કાંઈ પણુ ધર્મ કે સંપ્રદાયની સાથે તમને વિરોધ હોય તો તેને કાપવાનું અર્થાત્ ખંડન કરવાનું કાર્ય ન કરો. સીધો માર્ગ એજ છે કે, તમે તેમના હૃદય કરતાં તમારા હૃદયને વધારે વિશાળ-મહાન-અકબર બનાવો. તમારી પ્રેમભક્તિને એના પ્રેમ કરતાં વધારી દો; તમારી માનવપ્રીતિને એની પ્રીતિ કરતાં વિશેષ વિસ્તૃત કરો; તમારા સાહસને ઉચ્ચતર બનાવો અને સત્યસ્વરૂપ (પરમેશ્વર) ઉપરના તમારા વિશ્વાસ-

શ્રદ્ધાને અત્યંત મહાન (અકબર) બનાવો. સંસારનાં નામરૂપોનો બાહ્ય ચળકાટ, દૃશ્ય જગતની વિચિત્રતા, અસંખ્ય સ્વરૂપોની વિવિધતા, એ બધા રાગરંગ ભલે બીજા કોઈની આંખોને આંજી નાખે; શિક્ષકો અને પ્રાદેશરો ભલે એ મૃગતૃષ્ણાની જાળમાં ફસાય; અધિકારી અને અમીરવર્ગ ભલે એ કરોળીઆની જાળમાં ગુંથાઈ જાય; પંડિત અને સાક્ષરો ભલે એ લહરિઓમાં આવી પડે; યુવક અને વૃદ્ધ ભલે એ સ્વપ્નમાં મોહિત થઈ જાય; પરંતુ તમારે તો એ સત્યસ્વરૂપ પરમાત્માને કદી પણ ન ભૂલવો જોઈએ. તમારે તમારાં નેત્ર એ સત્યાત્માની ઉપરથી કદી પણ ન ખસેડવાં જોઈએ. ઓ શ્રદ્ધાશીલ પુરુષો ! ઓ સમ્યગ્દર્શીઓ ! પછી જોઈ લ્યો કે એ આનંદ નથી કેમ પ્રાપ્ત થતો ! અને કોણ કોનો શત્રુ છે !

## ૩૧-સ્વપત્ની-વ્યભિચાર

(લેખક:-“ઓદીચ્ય” “ચિત્રમય જગત”-ઑક્ટોબર, ૧૯૨૪.)

લગલગ બધાય પુરુષોને એવો ખ્યાલ છે કે, પોતાની વિવાહિતા સ્ત્રીસાથે મરજી પડે તેટલી વાર અને મરજી પડે તેવી રીતે ઇન્દ્રિયોની વિપયવાસના તૃપ્ત કરવામાં આવે તો તેમાં કંઈ ખોટું નથી; પરંતુ ધર્મશાસ્ત્ર, સમાજશાસ્ત્ર અને આરોગ્યશાસ્ત્રની મર્યાદા પ્રમાણે આવું કૃત્ય એ મહાપાપ છે. ધર્મશાસ્ત્રની મર્યાદાએ છે કે, ઋતુકાળની ૧૬ રાત્રિ દરમિયાનજ અને આઠ રાત્રિજ અને ગર્ભાધાનશુદ્ધિથીજ સ્ત્રીપ્રસંગ કરવો; અને ગર્ભ રહી ચૂક્યા પછી તથા પ્રસવ થયા પછી પાંચ વર્ષસુધી બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું. ઉપલી આજ્ઞાનું પાલન થાય તો આરોગ્ય, શુદ્ધિ અને જીવન સચવાઈ રહે છે અને સંતાન ધર્માત્મા ઉત્પન્ન થાય છે.

પરંતુ દુરાચારી અને ઇન્દ્રિયોના ગુલામ એવા પુરુષોએ પવિત્ર વૈવાહિક શય્યાને વ્યભિચારશુદ્ધિની દુર્ગંધથી સર્વથા ભરી મૂકી છે. પોતાની સ્ત્રી વ્યભિચારને માટે સૌથી વધારે સુગમ અને સસ્તી વસ્તુ મનાય છે. હજારો પિતાઓને એકત્ર કરી તેમના પુત્રના સોગન દઈ પૂછવામાં આવે કે, તેમનો આ પુત્ર શું ધર્મપુત્ર છે ? શું પુત્રપ્રાપ્તિની

ધાર્મિક ફરજ અદા કરવાને, ઋતુકાળના નિયમ પ્રમાણે શુદ્ધ મનથી તેમણે સ્ત્રીગમન કરેલું હતું ? તો પ્રત્યેકની પાસેથી એકજ સાચો ઉત્તર મળશે કે, કેવળ વિષયવાસના તૃપ્ત કરવામાટેજ સ્ત્રીગમન થયું હતું; અને ગર્ભ તો અચાનકજ-દૈવયોગથી રહેતો હતો; એટલુંજ નહિ પણ ગર્ભ રહ્યા પછી પણ એ પ્રવૃત્તિ જેમની તેમ અને જેવી ને તેવી જારી રહી હતી અને છતાં ગર્ભનો જન્મ સહિસન્નમન રીતે થયો તે પણ દૈવયોગથીજ. આવા પ્રકારના પુરુષોને હાલમાં પિતાનું પવિત્ર અને ગૌરવવાળું પદ મળે છે !

આવા ધરના વ્યભિચારનું પરિણામ પુરુષો કરતાં સ્ત્રીઓ ઉપર અને સંતાનો ઉપર વધારે ભયંકર આવે છે. સમય, કસમય, અનેક વખતે સ્ત્રીની સહવાસની ઇચ્છા નથી હોતી છતાં પણ પુરુષ પોતાની આ ખૂરી લોલુપતા તૃપ્ત કરે છે. ગર્ભાવસ્થામાં તો સ્ત્રીને પુરુષસંગની ખીલકુલ કામના હોતી નથી, છતાં એ અવસ્થામાં પણ તે બચવા પામતી નથી. ધર્મશાસ્ત્ર પ્રમાણે આવું દરેક કૃત્ય મહાપાપ છે અને આવી રીતે ઉત્પન્ન થયેલ સંતાતિ ધર્માત્મા નથી, પરંતુ કામાત્મા છે. અફસોસની વાત તો એ છે કે, રૂઢિ પણ આ ધર્માજ્ઞાનો ભંગ કરાવવામાં સામેલ છે અને તેથી આવું કૃત્ય પાપી કૃત્યમાં ગણાતું નથી; પરંતુ ગર્ભિણી સ્ત્રીસાથે સંગ કરવો એ મહાપાપ છે, એવું ને પુરુષો સમજતા થાય તો અવશ્ય આવા પ્રકારનો વ્યભિચાર બંધ થાય.

ગર્ભાધાનમાં વીર્યની મારફતે જીવ ગર્ભમાં પ્રવેશ કરે છે. શરીરનો ધર્મ છે કે, કેઈ મુઠ્ઠાત્ર વસ્તુ શરીરમાં રહેવા ન પામે અને ને રહે તો સડવા માંડે. વીર્ય-રજ્યથી માંડીને પિંડ અને શરીરના અવયવો બનવામાં પાંચ માસની મુદત નોંધાયે છે. પાંચ મહિનામાં ગર્ભના અવયવો તૈયાર થાય છે. ગર્ભિણીમાટેનો આ સમય દોહદ-એટલે બે હૃદયવાળો (એક ગર્ભિણીનું પોતાનું અને એક ગર્ભનું) કહેવાય છે. આ સમયમાં ગર્ભિણી અનેક પ્રકારની ખાવાની ઇચ્છા કરે છે. આ ઇચ્છા ગર્ભરથ જીવની હોય છે. આ ઇચ્છાની અસર ગર્ભ ઉપર



ન થાય છે. આવખતના ગર્ભિણીના આચાર-વિચાર, ખાવું-પીવું, વું-ફરવું, એ તમામ ક્રિયાનો બળવાન પ્રભાવ ગર્ભસ્થ બચ્ચાં ઉપર છે. આપણાં ધર્મશાસ્ત્રોએ આ અતિ ઉપયોગી સમયમાં ખાસ ધ્યાન રહેવા માટે ગર્ભિણીના નાના પ્રકારના નિયમો ગોઠવેલા છે. અત્યારે આપણે નેવે મૂક્યા છે. આ સમયદરમિયાન જો વિષય-દે સ્ત્રી સંગ કરાય તો વિષયાનંદને પણ ગર્ભમાં રહેલ બાળક પ્રભુ છે. લે છે. વળી એક વિચારવા જેવી બીજી વાત છે. જો ગર્ભમાં લ બાળક પુત્રી હોય તો તેને પોતાના પિતાનો આ વિષયાનંદ પ્રાપ્ત વો પડે છે અને જો ઉંડું વિચારીએ તો આ એક પ્રકારનું પુત્રી-ભિચારનું પાપકૃત્યજ ગણાય; છતાં આવાં કૃત્ય સંકોચવિના ઘેર વગરવિચારે થઈ રહ્યાં છે. છોકરા-છોકરીઓ ધણી નાની ઉંમરમાંથીજ યયાનંદની ગંદી ચેષ્ટાઓ કરતાં માલૂમ પડે છે, તેનું કારણ શું ? કા કહે છે કે, કલજુગ આવ્યો છે; પરંતુ ખરું કારણ તો તેમનાં બાપ છે. નાનાં છોકરાંઓ આવી અજુગતી ચેષ્ટાઓ, તેઓ જ્યારે નામાં હતાં ત્યારે તેમનાં માબાપના વ્યભિચારના પ્રભાવથી તેમની ક્રિયામાં લ'પટતા અને વ્યભિચારની રુચિ ઉત્પન્ન થઈ, તેને લીધે છે. અનેક મૂર્ખ માબાપો એક બે વર્ષના બાળક સન્મુખ કુચેષ્ટા-કરે છે. આટલાં નાનાં બાળકો કંઈ સમજતાં નથી એવું રીને તેમનો પડદો રાખતાં નથી, તે એક ભયંકર ભૂલ છે. હરેક કુચેષ્ટા-પ્રભાવ બાળક ઉપર તો પૂરેપૂરો પડે છે. એ બધું સમજી જાય છે. ત્ર અશક્ત હોવાથી નકલ કરી શકતું નથી; પરંતુ ઉંમર વધતાં જેવું બાળક સશક્ત થાય છે, કે તરતજ તેવી ચેષ્ટા તરફ લોભાય છે. નકલ લી એ બાળકનો સ્વભાવ છે. અનેક પ્રયોગથી માલમ પડી ચૂક્યું છે નાનાં બાળક સન્મુખ જેવા ચાળા કરવામાં આવે છે, તેવા ચાળાનું નુકરણ ત્રણ ચાર વર્ષ પછી સમર્થ થતાં તે કરવા માંડે છે.

ખુદ સ્ત્રી ઉપરની અસર પણ ગંજબ થાય છે. પરણતી વખતની ય, ખીલેલા પુષ્પસમાન કન્યા ચાર-પાંચ વર્ષમાં શૈગિણી અને મુઠ્ઠાલ-

સરખી બની જાય છે. અનેક સ્ત્રીઓને છાતીના રોગ અથવા પ્રસૂતિની કસુવાવડ થાય છે, અનેકનાં ચાર-પાંચ વર્ષમાં મૃત્યુ થાય છે. સ્ત્રી-જાતિનો સ્વભાવ સહનશીલ હોવાથી અનેક વ્યાધિઓ જીર્ણ થઈ ક્ષયનું સ્વરૂપ પકડે ત્યાંસુધી તે કષ્ટ પ્રકટ કરતી નથી. કેટલીક નાજુક સ્ત્રીઓ-નું શરીર પુરુષોની મૂર્ખતાને લીધે તૂટી જાય છે; ગર્ભાશય અને ગુલ્મ અવયવો શિથિલ થઈ જઈ સ્થાનભ્રષ્ટ થઈ જાય છે અને સ્ત્રી રક્ત-પ્રદર, સ્વેતપ્રદર વગેરે રોગોનું અલિદાન બને છે. સરખી રીતે તેની સુવાવડ ઉતરી શકતી નથી; ગર્ભાશયમાં હાથ નાખી બાળકને કાપી નાખી પ્રસવ કરાવવાના અનેક દાખલા વધતા જાય છે અને આ ક્રિયામાં અનેક સ્ત્રીઓના પ્રાણ જાય છે.

આ તો સરખી અથવા સજ્જેડ ઉંમરના પતિવાળી પત્નીની વાત થઈ; પરંતુ ત્રીજી અને ચોથી વારનાં લગ્નવાળા પુરુષની સ્ત્રીની વાત તો આથી પણ ભયાનક છે. આવાં લગ્ન કરનારા પુરુષો મોટે ભાગે વ્યભિચારી હોય છે, તેમની ઉંમર ૪૦ થી ૬૦ વર્ષની હોય છે. કન્યા મુઘ્ધા અને વિષયમુગ્ધથી અપરિચિત હોય છે; પરંતુ તેનો પતિ રીઢો થઈ ગયેલો હોય છે. એક તો આવા પતિના સહવાસમાં કન્યાને ઉમંગ કે ઉત્સાહ હોતો નથી. મોટે ભાગે તે શરમીલી અને ડરેલી રહે છે. બાર વર્ષની કન્યા ૪૦ વર્ષના પતિનું ભારે શરીર સહન કરી શકતી નથી. તેનાથી તે નીચોવાઈ જાય છે. અનેક દાખલામાં ગર્ભાશય અવળું થઈ જાય છે અને તે અનેક રોગોનાં કષ્ટ ભોગવતી થઈ જાય છે. આથી ઉલટું આવા દાખલામાં કેટલાએક પતિ શક્તિહીન હોય છે. વ્યભિચારની લોભુપતા તો તેમની સળગેલીજ હોય છે, પરંતુ પુરુષત્વ-વગરના હોય છે. આવા પુરુષથી જોખનવંતી સ્ત્રીની કામેચ્છા સદાય અસંતુષ્ટજ રહે છે. આવા પતિ તરફ તેને તિરસ્કાર, વિરક્તિ અને ક્રોધ ઉત્પન્ન થાય છે. સ્ત્રી નિષ્કુર બનતી જાય છે. આમાંથી અનેક પ્રકારનાં નિર્દિત પરિણામ આવે છે. કડક કુળ-મર્યાદાવાળાં ઘરોમાં આમાંથી સ્ત્રીને હીરડીરીઆ જેવા રનાયુમંડળના વ્યાધિઓ થાય છે; અથવા

કુળ કલકિત થાય છે. સંયમી જીવનને ઉત્તેજન મળે માટે શાસ્ત્રોક્ત ગર્ભાધાન, પુંસવન અને સીમંતોન્નયનના સંસ્કારનો તેના રહસ્યસાથે પુનરુદ્ધાર થવાની જરૂર છે.

## ૩૨—ધૂમ્રપાન કરવાના ફાયદા !

(દૈનિક “હિંદુસ્તાન”માંથી)

ડૉક્ટરો, રસાયણશાસ્ત્રીઓ વગેરે બધા એકમત છે કે, તમાકુ માણસને ઝેરસમાન છે, એ એક ઝેરજ છે. ખીડી-તમાકુ પીનારા, સુધ-નારા તેમજ ચાવનારાની જાણુમાટે નીચેની વિગતો આપી છે; કેમકે જગતનાં અર્ધોઅર્ધ મનુષ્ય એમાં ફસેલાં છે.

તમાકુની અંદર એક તૈલી ચીજ છે, જેમાં મુખ્યત્વે તમાકુની ગંધ રહેલી છે. એ ચીજનું નામ ‘નીકોટીન’ છે. તમાકુમાં તે સેંકડે ૧ થી ૮ ટકા હોય છે. જેમ તમાકુ જલદ તેમ આ નીકોટીન તેમાં વધુ હોય છે. એમ કહેવાય છે કે, એક રતલ સારી તમાકુમાંથી જેટલું નીકોટીન નીકળે તેટલું નીકોટીન માત્ર ત્રણ મિનિટમાં ૨૫૦૦ ફૂતરાંને મારી નાખવા માટે પૂરતું છે. આયું ઝેરી આ નીકોટીન છે. જ્યારે એ નીકોટીન શરીરમાં જાય છે, ત્યારે અંદરની શ્વાસનળીને ફરતી ઝીણી ચામડીને અનહદ નુકસાન કરે છે અને અનેક જાતનાં દર્દો ઉત્પન્ન કરે છે.

આ નીકોટીનને પણ બૂલાવે એવું ખીજું ઝેર તમાકુમાં ‘કેલોઝાઈન’ કરીને છે. આ કેલોઝાઈનને લીધે પણ તમાકુમાં ગંધ આવે છે. આ કેલોઝાઈનના એક ટીપાનો વીસમો ભાગ, જેવી રીતે વિજળીના આચકાથી માણસ તરતજ મરી જાય, તેવી રીતે દેડકાને મારી નાખે છે.

તમાકુના ધૂમાડામાં પુસીક એસીડ હોય છે. તમાકુના રસિયા ધૂમાડો પેટમાં જવા દઈ પાછો નાક વાટે કાઢે છે અને તેના ગોટાની લહેજત લે છે. તેમને આ પુસીક એસીડ કાતીલમાં કાતીલ ઝેર છે, તેની ખબર નહિ હોય. આ પુસીક એસીડ શરીરમાં જવાથી માથું ફરે છે, માથું ફરે છે તથા ચકરી આવે છે, ખીડી નહિ પીનારાને ખીડી પીતાં

જે કડવો અનુભવ થાય છે, તે આને લીધે થાય છે.

તમાકુમાં તે સિવાય 'ફરફરોલ' રહેલું છે. દારૂ કરતાં પણ તે વધારે નુકસાનકર્તા છે. એક સીગારેટમાંથી, પાંચ રૂપીઆભાર વીરકી-દારૂના જેટલું ફરફરોલ નીકળે છે.

વળી તમાકુના ધૂમાડામાં કાર્બોનીક એસીડ ગેસ પણ હોય છે. આ ગેસ ઘણેજ નુકસાનકર્તા છે, તે જાણીતી વાત છે. આ હવા ફેફસાંમાં જવા-આવવાથી ફેફસાંને નમાલાં કરી નાખે છે અને આ કારણેજ બીડી પીનારા ક્ષયરોગના ભોગ તરતજ થઇ પડે છે.

ઉપરની હકીકત જાણ્યા પછી કયો વિચારશીલ માણસ તમાકુની પાંખે ચડશે? વ્યસનના ગુલામ તો કદાચ એવી ટેવ ન પણ છોડે; પરંતુ નવું વ્યસન વહોરનાર તો આ વાંચ્યા પછી જરૂર તે ટેવમાંથી દૂર રહેશે.

અમેરિકાની આંદર સીગારેટને દાહડીના બીજા કહેવામાં આવે છે. અને આ કથન ખરેખર સત્ય છે. અમેરિકામાં એવી કેટલીએક પેઢીઓ છે, જે પોતાને ત્યાં બીડી પીવાવાળાને નોકર નથી રાખતી. હિંદુઓ પણ આ ધોરણ દાખલ કરે તો શું આ બદી ઓછી ન થાય? તમાકુ સાથે રાષ્ટ્રીય લડત ચલાવવાની જરૂર છે અને સ્વરાજ્ય મળ્યા પછી તો તમાકુ દેશપાર થશે, તેમાં કાંઈ શંકાજ નથી.

## ૩૩-બીડીના શોકીનો સાવધાન !

એક વિદ્વાન એમ. ડી. ડૉક્ટરે બીડી પીનારા તથા બીડી નહિ પીનારાનાં ફેફસાં તપાસ્યાં. પરીક્ષાતું પરિણામ એ આવ્યું કે, બીડી પીનારા લગભગ બધાનાં ફેફસાંમાં ઉપદ્રવ જોવામાં આવે છે; જ્યારે બીડી નહિ પીનારામાં માત્ર સેંકડે સત્તાવીસ માણસોનાં ફેફસાંમાં ઉપદ્રવ માલૂમ પડે છે. આ ઉપદ્રવને લીધે "ક્ષય"નાં જંતુઓ તરતજ ઘર ઘાલી જાય છે અને નબળાં ફેફસાંવાળા ઉપર હલ્લો કરે છે; તેથીજ બીડી પીનારાઓને ક્ષય સાધારણ રીતે વધારે થાય છે. બીડી પીનારાઓ અને તમાકુના ગુલામો આ ઉપરથી કાંઈ ધડો લેશે કે પછી પોતાનો ઇશક માણ્યાજ કરશે?

## ૩૪-ગુમડાં વગેરે માટે કાળો સિંદૂરિયો મલમ

( 'લાગ્યોદ્ય' માંથી )

સિંદૂર ચોખ્ખું શેર એક, મીકું તેલ શેર એક, મીણ પીગું તોલા ૨, કપૂર તોલા ૨, એ ચારે વસ્તુમાંથી સિંદૂર લોટાની કઢાઇમાં નાખી ખૂબ ઘુંટવું. પછી તેમાં તેલ નાખી ચૂલા ઉપર મૂકવું; અને તે નીચે અગ્નિની ધીમી આંચ આપવી તથા એક જોસ આવે એટલે તાપ કાઢી નાખીને પંખાવતી પવન નાખવો. ઉભરો ખેસી ગયા પછી થોડું ઠંડું પાણી લઈને તેમાં બે-ચાર ટીપાં ઉકાળેલું સિંદૂર નાખી જોવું કે મલમ કંઠણ અને કાળો થયો છે કે નહિ; ન થયો હોય તો એકાદ જોસ ખીજો આપવો. ખરાબર થયા પછી મીણ જૂદું ગરમ કરીને તે મીણમાં તુરતજ કપૂર વાટીને નાખવું. તે બંને એક થયા પછી સિંદૂરની આંદર તે નાખવું; અને થોડી વારે તે ઉતારી નાખવું. આ મલમ કાળો પલારતર થયો, પછી તેને ઠંડો પડવા દેવો. આ મલમની પડી કાખગલાઇ, ગુમડાં, બદ, નાસુર, આંદી, ગરમીના દ્રોણા અને ખીજા ગમે તેવા જખમો થયા હોય તો તેની ઉપર મારવાથી આરામ થાય છે.

## ૩૫-શિવાજી ન હોતા તો સુન્નત હોત સખડી

( 'કવિરાજ ભૂષણકૃત 'શિવાખાવની' માંથી )

ખારિધિકે કુંભજ ધન બનકે દાવાનલ, તરુણ તિમિર દૂકે કિરણ સમાજ હૈ;  
કંસકે કન્હૈયા કામધેનુ હુંકે કંટકાલ, કૈટલકે કાલિકા ખિલંગમકે આજ હૈ.  
ભૂખન બનત જગન્નાથિમ સચીપતિ, પન્નગકે કુલકે પ્રબલ પક્ષિરાજ હૈ;  
રાવણ કે રામ સહસ્રઆહુકે પરમરામ, દિલ્લીપતિ દિગ્ગજકે સિંહ સિવરાજ હૈ.  
છૂટત કમાનનકે તીર ગોલી ખાનનકે, યુસકિલ હોત મુરચાન દૂકી આટમે;  
તાહીં સમૈ શિવરાજ હુકુમ કૈલક્ષા કિન્હો, દાવા બાંધ પરલક્ષા ખીરલટ જોટમે.  
ભૂખન બનત તેરી હિમ્મત કહાં સોગિનાં, કિંમત ઇલાં લગ હૈ જાકે લટ જોટમે;  
તાવ દૈ દૈ મૂંછન કંગૂરનમે પાવ દૈ દૈ, ધાવ દૈ દૈ, અરિમૂખ દૂદે પરૈ કાદમે.

દારાકી ન દૌર યહ રાર નહીં ખજુવેકી, ખાંધિવો નહીં હૈ કૈધોં મીર સેહ્યાલકો;  
 મઠ વિશ્વનાથકો ન ખાસ ગ્રામ ગોકુલકો, દેવીકો ન દેહરા ન મંદિર ગુપાલકો.  
 ગાઢેગઢ લીન્હૈ અરુ ખૈરી કતલાન કીન્હૈ, દૌર દૌર હાંસિલ ઉગાહત હૈ સાલકો;  
 ખૂડત હૈ દિલ્લી સો સંભારે ક્યોં ન દિલ્લીપતિ ધક્કા આનિ લાગ્યો  
 સિવરાજ મહાકાલકો.

મારકર બાદશાહી ખાકસાહી કીન્હી જિન, જેર કીન્હી જર સો હૈ  
 દદ સખ મારેકી;  
 ખિસ ગઘ સેખી ફિસ ગર્ધ સૂરતાઈ સખ, હિસ ગર્ધ હિમ્મત હજરોં  
 લોગ ખ્યારે કી.

ખાજત દમામે લાખૌં ધૌંસા આગે ધુરજત, ગરજત મેધ જ્યોં  
 ખરાત ચઢે ભારેકી;

દુલ્હો શિવરાજ ભયો દમ્ચની દમામે વાલે, દિલ્લી દુલ્હલિન ભધ શહર સિતારેકી.  
 દક્ષિણ જત લિયો દલ કેવલ, પશ્ચિમ જતકે ચામર ચાખ્યો;

૩૫ ગુમાન હયોં ગુજરાતકો, સુરત કો રસ ચૂસકે ચાખ્યો.

પંજનપેલ મલેછ મલે સખ, ભૂખન ખચો જે દીન બહે ભાંખ્યો;

સો રંગ હૈ શિવરાજખલી જન, નૌરંગમેં રંગ એક ન રાખ્યો.

ગરુડકો દાવા જૈસે નાગકે સમૂહપર, દાવા નાગચૂથપર સિંહ સિરતાજકો;  
 દાવા પુરહૂતકો પહારનકે ફૂલપર, પક્ષિનકે ગણપર દાવા જૈસે ખાજકો.  
 ભૂખન અખંડ નવખંડ મહી મંડલમેં, તમપર દાવા રવિકિરણ સમાજકો;  
 પૂરવ પછાંદ દેશ ઉત્તરતે દખિનલૌ, જહાં બાદશાહી તહાં દાખ સિવરાજકો.  
 બેદ રાખે બિદિત પુરાન રાખે સારસુત, રામ નામ રાખ્યો અતિ  
 રસના સુધરમેં;

હિંદુનકી ચોટીરોટી રાખિહૈ સિપાહિનકી, કાંધમે જનેઉ રાખ્યો  
 માલા રાખી ગરમેં.

મિઠ રાખે મુગલ મરોડ રાખે બાદશાહ, ખૈરી પીસ રાખે ખરદાન રાખ્યો કરમેં;  
 રાજનકી હદ્દ રાખી તેગ બલ શિવરાજ, દેવ રાખે દેવલ સ્વધર્મ રાખ્યો ધરમેં.  
 દેવલ ગિરાવતે ફિરાવતે નિશાન આલી, એસે રૂપે રાવત રાને ખીસગયેલખકી;

ગૌરા ગનપત્ત આપ ઔરનકા દેત તાપ, સખ આપકે મકાન મારગઘ દખકી.  
પીરા પૈગંબરા દિગંબરા દિખાઇ દેત, સિદ્ધકી સિદ્ધાઈ ગઘ બહત પૂર સખકી;  
કાસિ હુંતે કલા ગઘ મથુરાં મસીદ ભઈ, શિવાજી ન હોતા તૌ સુન્નત હોત સખકી.

## ૩૬—જીવાની માણવાની રીતો

( “ સૌરાષ્ટ્ર ” તા. ૧૫-૧૧-૨૪ )

એક ગામડું છે. કાઠી રાજપૂત કે કોઈ પણ કોમનો એક ગામ-  
ડીઓ જીવાન માથે લાંબા ઓળેલા વાળ રાખે, ઉપર ફરકતાં છોગાં  
ખોસી સાફાઓ પહેરે; આડાઅવળા શીવણવાળા-કળાવાળા કબજાઓ  
પહેરે; નાઠીએ પાંચ પાંચ પુમતાંઓ રાખે; આંખમાં આંજણનાં જાદુ  
ભરે અને પત્નીઆરીને કિનારે ખેસી વાંસળી બજાવે; એમાં એ જીવાની-  
ની સફળતા માને છે. જીવાની માણવાની એની એ રીત છે.

એક શહેર છે. એક શહેરી જીવાન મજાની બાબરી ઓળે છે;  
કપાળે નાનો ચાંદ્રો કરે છે; માથે આડી ટોપી મૂકે છે; હાથમાં નાન-  
કડી લાકડી રાખે છે; આંખે ચશ્મા પહેરી ચશ્મા નીચેથી જીણી આંખે  
ઉઘાનના બાંકડાઓ ઉપરથી અનેક ઇષ્ટાનિષ્ટ દ્રશ્યો જુએ છે ! એની  
જીવાનીની સાર્થકતા એ એમાં માને છે.

એક સેવાભાવી જીવાન છે. હાથે ધોયેલી જડી ખાદીનું પહે-  
રણ, ઘોતિયું અને ટોપી પહેરે છે. એની આંખે ચશ્મા નથી અને  
નથી આંજણ; એના હાથમાં નથી વાંસળી કે નથી લાકડી ! એ રસ્તે  
જતા અભ્યાસીને રસ્તો બતાવે છે; ડોસીઓ કે ડોસાઓને સહાય આપે  
છે; ગામમાં પાણીનાં પૂર આવે છે, ત્યારે પૂરમાં તણાતાં પ્રજાજનો કે  
તેમની માલમત્તાનું રક્ષણ કરવા પાણીમાં ઝંપલાવે છે; ગામમાં આગ  
લાગે છે, ત્યારે અંદર રોકકળ કરી રહેલાં મનુષ્યોને બચાવવા એ  
ઝપટાખંધ ઉપર ચઢી પોતાની ખાંધ ઉપર તેમને ઉતારી લાવે છે;  
ધનકુલ્યેન્દ્રા કે પ્લેગનાં પીડિતોને ઘરે ઘરે જઈ દવા આપે છે—તેમની  
શુશ્રૂષા કરે છે; મેળાઓ વખતે ભૂલેલાને ધર બતાવે છે; માંદાઓને દવા

આપે છે; માત્રીઓની સગવડ અર્થ-તેમની માત્રમત્તાની રક્ષા અર્થે રાત્રિ-દિવસના ઉગ્ગરરા વેઠે છે.

ખાદી પહેરનાર ઓ જાડી ધાખળીવાળા જુવાન! તેં તારી જુવાની સાચી માણી છે. તારી જુવાની સફળ ઉતારી છે. તેં તારું જીવન જીવી જાણ્યું છે. વૌદાના મેળામાં એવી જુવાની ઝળકતી હતી.

અમારા ઓ જુવાનો! તમારે જુવાની સાચી માણવી હોય તો આવજો, આ માર્ગે અમારાં તમને આમંત્રણ છે!

## ૩૭-શિવાજી-મુક્તિના યુગનો પિતા

(લેખક:-સાધુ વસવાણી-“હિંદુસ્તાન” તા. ૨૧-૪-૨૪)

શિવાજી એ તો મહારાષ્ટ્રની અણુમોલ દોડન છે. મહારાષ્ટ્ર જ નહિ, પરંતુ આખા હિંદનો તે આત્મા છે. હું ધારું છું કે, એવો સમય આવી લાગ્યો છે, કે જ્યારે દૂરદેશ પુરુષોના ચૂકાદાવડે મહારાજ શિવાજીને માનવસમાજના શરવીર પુરુષોને મોખરે મૂકવામાં આવશે. ટીકાકારો એનામાં ખામીઓ શોધે છે અને એની લડાઈએને ખામી-તરીકે આગળ ધરે છે; પરંતુ આ લડાઈઓ પોતાની જાતિને સ્વતંત્ર કરવાની લાવનાર! લડવામાં આવી હતી. એના વિગ્રહો લોકરક્ષણને કાળે હતા, એ માટેજ એને ધર્મના રક્ષકતરીકે ઓળખવામાં આવે છે, તે વ્યાજબી છે. હિંદુઓના એ નરવીર ઈસ્લામ ઉપર આક્રોષો કદી કર્યા નથી, એણે એક પણ મસ્જિદ તોડી નથી. એ લણેત્રો ન હતો, છતાં એણે હિંદુધર્મના સાર્વજનિક સિદ્ધાંતો પચાવ્યા હતા. તે મોગલોની આપખુદ સત્તાનો વિરોધી હતો, પણ મુસલમાનધર્મનો વિરોધી ન હતો. કેટલાકો તેને કાયદાનો ઉચ્છેદક ગણે છે, પણ કર્મવીરો કાયદાનાં બળગાં નથી પૂંકતા. કર્મવીરો નવી સમાજરચના અને તેની સુધારણા માટે બનાવટી કાયદાઓનો ભંગ કરે છે. કેટલાકો કહે છે કે, શિવાજી બળવાખોર હતો, પણ ત્યારે તો જર્જર વૌશિંગ્ટન પણ એવોજ હતો, આવા બળવાખોરો તો જગતના હિલારકો હોય છે. હું



માનું છું કે, શિવાજી જગતની મહાશક્તિનો અંશ હતો, તેનું હથિયાર હતો, એણે ઇતિહાસને નવું રૂપ આપ્યું અને મુક્તિનો નવો યુગ આરંભ્યો. હાલના યુરોપમાં નેપોલિયન કરતાં વધારે લશ્કરી ભેગનો પુરુષ જન્મ્યો નથી. યુરોપ આ બળવાન વીરની ગર્જનાથી ધ્રૂજતું હતું, પણ તે હાર્યો; અને તેની હારમાટે તેનોજ દેશવાસી માર્શલ ફ્રેશ જણાવે છે કે, તેનામાં એક મોટી ખોડ હતી અને આ ખોડ તેનું અડપણું હતું. નેપોલિયન મદાન હતો, છતાં તેનામાં અહંભાવ રહી ગયો હતો. એક જગત્પિપ્પાત વ્યક્તિ હોવા છતાં તે સર્વશક્તિમાન પ્રભુ આગળ પોતાની લઘુતા સમજી શક્યો નહિ અને તેની પાસેથી બળ અને શક્તિમાટે તેણે પ્રાર્થના કરી નહિ.

શિવાજી તો અધ્યાત્મવાદી હતો, તેને દેવી સ્વપ્ને આવતાં હતાં, તે દુર્ગાનો ભક્ત હતો અને એજ ભક્તિના પ્રતાપે તે ગરીબો અને નિરાધારોની વહારે જતો. તેનામાં અક્ષરજ્ઞાન નહોતું, છતાં ઉઠાપણ અગાધ હતું. શરવીરતા અને શક્તિની આ મૂર્તિમાં નિર્બળો, બચ્ચાં-ઓ, સ્ત્રીઓ અને નિરાધારોનું રક્ષણ કરવાની અડગ લાવના હતી. એના નિખાલસ અને પ્રેમી હૃદયમાં ભક્તિનો ઝરો વહેતો હતો. એ મહાન રાજ્ય મેળવીને પોતાના ગુરુ રામદાસ પાસે ગયો અને તેને પોતાનું રાજ્ય અર્પણ કર્યું. શિવાજીને પોતાના માટે રાજ્યની જરૂર ન હતી. પોતાના ગુરુની સાથે લોકોની સેવામાં પોતાનું જીવન અર્પણ કરવાની તેણે કેટલીએ વાર પોતાના ગુરુને ઇચ્છા દર્શાવી હતી. જ્યારે લોકોએ તેને પોતાનો મહારાજ બનાવ્યો, ત્યારે તે માનવા લાગ્યો કે, તે મહાદેવનો સેવક થયો હતો. શિવાજીનું જીવન ઉચ્ચ આશયોમાટે અર્પણ કરવામાં આવ્યું હતું. જે પુરુષો પોતાની શક્તિનો ઉપયોગ પ્રભુભક્તિમાં કરશે, તેઓનાજ હાથે લિંદનો ઉદ્ધાર થશે; કારણ કે સ્વાર્થ માટે કરેલો શ્રમ ધસાઈ જાય છે અને નાશ પામે છે; પણ ઈશ્વરને માટે કરેલો શ્રમ અમર રહે છે.

## ૩૮-સાહિત્ય એટલે શું ?

(લેખક:-પ્રો. આનંદશંકર બાપુભાઈ દ્રુવ; 'શારદા'-જાન્યુઆરી ૧૯૨૬)

“સાહિત્યને વિશાળ અર્થમાં લેવા હું સૂચવું છું. જીવનમાં સહરા-  
નાં રણ આવે, તે પણ પ્રકટ કરતાં શીખવું એ આવશ્યક છે; સુંદર  
કાવ્યોની સાથે કર્કશ વિષયોનેણુ-પહાડોને પણ ઓળંગતાં શીખવું, એ  
બાળત ઉપર હું યુવકોનું ધ્યાન ખેંચું છું. નવો યુગ એ ફૂલના  
બિછાના જેવો નહિ રહે. તેમાં કંટક ઉપર ચાલવાની શક્તિ પણ  
જોઈશે, કળા-કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવાં જોઈશે અને તે માટે બુદ્ધિવૈભવ પણ  
જોઈશે; માટે કેવળ ભાવનાયુક્ત સાહિત્યના લેખો ઉપરજ નહિ રહેતાં  
શાસ્ત્રના વિષયોને પણ પોતાના કરવા મથજો. કેવળ હૃદયની ભાવના-  
ને સ્પર્શે એજ સાહિત્ય નથી; પણ સૌંદર્ય, સત્ય અને નીતિના  
અચળ નિયમો એકતાર થાય ત્યારેજ ઉંચું સાહિત્ય કહેવાય. એક  
નવલકથામાં એક આબેહૂબ ચિત્ર હોય એનું માત્ર આબેહૂબપણુંજ  
નહિ, પણ એમાંના વિચારોમાં સર્જકશક્તિ (ક્રીએટીંગ પાવર) રહેલી  
હોય, તે સાથે મળવાથીજ એ સાહિત્ય કહેવાય. જગતના સાહિત્યમાં  
કાંઈ કેવળ હૃદયના ભાવો નથી હોતા. રામાયણ એ ‘નેશન એપીક’  
કેમ બની, તેનો તમે વિચાર કરો. આર્યોની સંસ્કૃતિ આખા હિંદમાં  
કેમ વ્યાપી તેનો તેમાં ચિતાર છે. તેમાં જો માત્ર તેટલુંજ હોત તો  
તે એક ઇતિહાસનું પાતું થાત; પરંતુ તેમાં જગતનાં સર્વો પ્રકટ  
થયેલાં છે અને તેથીજ તે સાહિત્યનો મહાગ્રંથ છે. સાહિત્ય એ જીવન-  
ને ઉન્નત બનાવનાર શક્તિ છે, એમ જો તમે માનશો તોજ તમે  
સાહિત્યની તેમજ તમારી ઉન્નતિ સાધી શકશો. અમારા યુગમાં તેમ થઈ  
શક્યું નથી, પણ તે માટે આજના યુવકોમાં મારી આશાઓ રહેલી છે.

## ૩૯-પતિસ્તોત્ર

નમઃ કાન્તાય ભર્ત્રે ચ શિવચન્દ્રસ્વરૂપિણે ।

નમઃ શાન્તાય દાન્તાય સર્વદેવાશ્રયાય ચ ॥ ૧ ॥

શિવ અને ચન્દ્રસ્વરૂપ કાન્ત-ભર્તૃને નમસ્કાર હો. શાંત, દાંત અને સર્વ દેવના આશ્રયરૂપ પતિને નમસ્કાર હો. (૧)

નમો બ્રહ્મસ્વરૂપાય સતીપ્રાણપરાય ચ ।

નમસ્યાય ચ પૂજ્યાય હૃદાધારાય તે નમઃ ॥ ૨ ॥

બ્રહ્મરૂપ, સતીના પરમ પ્રાણરૂપ, નમસ્કાર કરવા યોગ્ય, પૂજ્ય અને હૃદયના આધાર એવા તમને નમસ્કાર હો. (૨)

પશ્ચપ્રાણાધિદેવાય ચક્ષુષસ્તારકાય ચ ।

જ્ઞાનાધારાય પત્નીનાં પરમાનંદદાયિણે ॥ ૩ ॥

પાંચ પ્રાણના અધિદેવ, આંખની કીકીરૂપ, જ્ઞાનના આધારરૂપ અને પત્નીને પરમ આનંદ આપનારા તમને-પતિને નમસ્કાર હો. (૩)

પતિર્બ્રહ્મા પતિર્વિષ્ણુઃ પતિરેવ મહેશ્વરઃ ।

પતિશ્ચ નિર્ગુણાધારબ્રહ્મરૂપો નમોઽસ્તુતે ॥ ૪ ॥

પતિજ બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશ્વર છે. એજ નિર્ગુણ અને સર્વાધાર બ્રહ્મરૂપ છે, તેને નમસ્કાર હો. (૪)

ક્ષમસ્વ ભગવન્ દોષં જ્ઞાનાજ્ઞાનકૃતશ્ચ યત્ ।

પત્નીબન્ધો દયાસિન્ધો દાસીદોષં ક્ષમસ્વ ચ ॥ ૫ ॥

હે ભગવન્! જાણે-અજાણે કરેલા (મારા) અપરાધને ક્ષમા કરો. હે પત્નીના મિત્ર! હે દયાસાગર! દાસીના દોષને ક્ષમા કરો. (૫)

ઈદં સ્તોત્રં મહાપુણ્યં સૃષ્ટ્યાદૌ પદ્મયા કૃતમ્ ।

સરસ્વત્યા ચ ધરયા ગંગયા ચ પુરાતનમ્ ॥ ૬ ॥

સાવિત્ર્યા ચ કૃતં પૂર્વં બ્રહ્મણે ચાપિ નિત્યશઃ ।

પાર્વત્યા ચ કૃતં ભક્ત્યા કૈલાસે શંકરાય ચ ॥ ૭ ॥

મુનીનાશ્ચ સુરાણાશ્ચ પત્નીભિશ્ચ કૃતં પુરા ।

પતિવ્રતાનાં સર્વાંસાં સ્તોત્રમેતચ્છુભાવહમ્ ॥ ૮ ॥

इदं स्तोत्रं महापुण्यं या शृणोति पतिव्रता ।

नगे वापि च नारी वा लभते सर्ववाञ्छितम् ॥ ९ ॥

अपुत्रो लभते पुत्रं निर्धनो लभते धनम् ॥

रोगी च मुच्यते रोगाद्वद्धो मुच्येत बन्धनात् ।

पतिव्रता च स्तुत्वा च तीर्थस्नानफलं लभेत् ।

इदं जप्त्वा सती भक्त्या भुङ्क्ते सा तदनुज्ञया ॥ ૧૧ ॥

આ સ્તોત્ર સૃષ્ટિના આરંભમાં બ્રહ્માએ કરેલું. આ પુરાતન સ્તોત્રનો સરસ્વતી, ધરા અને ગંગા તેમજ સાવિત્રી પણ બ્રહ્માને ખુશી કરવા હમેશાં પાઠ કરતાં. શંકરને ખુશી કરવા પાર્વતી પણ કૈલાસમાં આ સ્તોત્રનો પાઠ કરતાં; તેમજ દેવતાઓ અને મુનિઓની સ્ત્રીઓ પણ પહેલાં આ સ્તોત્રનો પાઠ કરતી. આ સ્તોત્ર સર્વ પતિવ્રતાઓનું શુભ કરનાર છે. જે પતિવ્રતા આ સ્તોત્રનું શ્રવણ કરે અથવા જે નરનારી આનો પાઠ કરે, તે સર્વ વાંચ્છિત ફળને પામે છે. આ સ્તોત્રના પાઠથી અપુત્રને પુત્ર ને નિર્ધનને ધન મળે છે, રોગી રોગથી અને બધિવાન બંધનથી મુક્ત થાય છે. પતિવ્રતા આનો પાઠ કરવાથી તીર્થસ્નાનના ફળને પામે છે. આ સ્તોત્રનો જપ કર્યા પછી ભક્તિથી પતિની આજ્ઞા લઇને પછી જમવું. ૬-૧૧

## ૪૦-નવવધૂને ૧૧ ઉપદેશ

જાપાનમાં માતા પુત્રીને લગ્નદિવસે નીચલા ૧૧ ઉપદેશ આપે છે:-

૧ બેટી! આજે લગ્ન થયા પછી તું મારી પુત્રી નહિ રહે. આજ-સુધી તું જે પ્રકારે મારી અને તારા પિતાની આજ્ઞા પાળતી રહી છે, તેજ પ્રમાણે હવે તારાં સાસુ-સસરાની આજ્ઞાનું પાલન કરજે.

૨ લગ્ન પછી માત્ર એક પતિજ તારો સ્વામી થશે. તેની સાથે હમેશાં નમ્રતા અને મોટું મન રાખજે. પોતાના પતિની આજ્ઞાનું અ-ક્ષરશઃ પાલન કરવું એ સ્ત્રીનો સર્વશ્રેષ્ઠ ગુણ છે.

૩ તારાં સાસરિયાં સાથે હમેશાં વિનય અને સહનશીલતા રાખજો.  
 ૪ તેમની સાથે કદી અણુઅણુ ન કરીશ; નહિ તો પતિનો પ્રેમ ખોઈશ.  
 ૫ ક્રોધ ના કરીશ; પતિ કંઈ અપોગ્ય કરે ત્યારે પણ મૌનજ રાખજો અને જ્યારે પતિ શાંત થાય ત્યારે નમ્રતાથી તેમને સમજાવજો.  
 ૬ બહુ વાતો ન કરીશ; જૂઠું ન બોલીશ; પાટોશીની નિંદા ન કરીશ.  
 ૭ હાથ જોતારા વગેરેને તારા લાગ્યતી હકીકત ન પૂછીશ.  
 ૮ તારું ગૃહકાર્ય દરકસરથી ચલાવજો અને સાવધાનીપૂર્વક બધી વ્યવસ્થા રાખજો.

૯ તારા પિતાની ઉચ્ચ પદવી અથવા અમીરીનો ફાંકો ન રાખીશ.  
 પતિ સમક્ષ તારા પિતાની ધનાઢ્યતાનાં કદીપણુ વખાણુ ન કરીશ.

૧૦ તું યુવાન છતાં પણ યુવતીઓના ટોળામાં ન બેસતી. (અર્થાત્ વૃદ્ધો પાસેજ બેસવું હિતકર છે.)

૧૧ હમેશાં સ્વચ્છતા અને લજ્જા જળવાય એવાંજ વસ્ત્રો પહેરજો, બહુ લલકારાર રંગનાં વસ્ત્રો ન પહેરીશ.

આ ઉપદેશ પ્રાચીનકાળથી પરંપરાગત ચાલતો આવ્યો છે.

## ૪૧-સ્ત્રીનો દરજ્જો અને માતાનો મહિમા

સ્ત્રીજાતિવિષે પુરુષવર્ગમાં તેમજ ખુદ સ્ત્રીવર્ગમાં પણ પેસી ગયેલા અજ્ઞાનમૂલક હલકા વિચારો દૂર થઈ સુચેત્ત સ્ત્રીનો દરજ્જો ધ્યાનપર આવે, તેટલા માટે અનેક પ્રમાણભૂત ગ્રંથો અને સમર્થ વિદ્વાનોના ઉતારા સુપ્રસિદ્ધ હિંદી “સરસ્વતી”ના બનેવારી ૧૯૨૫ના અંકમાં તેમજ અમદાવાદમાં પ્રસિદ્ધ થતા “સ્ત્રીઓધ” માસિકમાં પ્રસિદ્ધ થયા હતા. આ પુસ્તકના વાચકવર્ગ માટે તે ઉપયોગી લાગવાથી મોટે ભાગે એમાંના તેમજ થોડે ભાગે બીજા ઉતારા આ નીચે આપવામાં આવ્યા છે; જેને માટે તેના લેખક પ્રકાશક મહાશયોનો આભાર માનીએ છીએ.

મુગ્ધે-“હે સ્ત્રી! તું ઘરની માલિક થઈને જા; અને ત્યાં જેદ-

લા પુરુષો હોય તેમની સાથે રાણીની પેઠે વાતચીત કર.”

રામાયણ-“સ્ત્રી! વનને પણ રાજમહેલ કરતાં સુંદર બનાવી દે છે.”

મનુસ્મૃતિ-“જે પિતા, ભાઈ, પતિ અને દિયર પોતાનું કલ્યાણ ઇચ્છે, તેમણે પોતાની પુત્રી, બહેન, સ્ત્રી અને ભાભીનું કદી પણ અપમાન કરવું જોઈએ નહિ. x x જ્યાં સ્ત્રીઓનું પૂજન થાય છે, ત્યાં દેવતાઓ નિવાસ કરે છે અને જ્યાં તેમનું પૂજન નથી થતું, ત્યાં બધી જાતનાં ઉત્તમ કર્મ પણ નિષ્ફળ થઈ જાય છે. x x જે ગૃહમાં સ્ત્રી પુરુષથી અને પુરુષ સ્ત્રીથી સંતુષ્ટ રહે છે, ત્યાં નિશ્ચય નિત્ય કલ્યાણ થાય છે.”

મહાભારત-“સ્ત્રી એ પુરુષની અર્ધાંગના છે, તેનો સૌથી મહાન મિત્ર છે; તથા ધર્મ, અર્થ અને કામનું મૂળ છે. જે તેનું અપમાન કરે છે, તેનો કાળ નાશ કરે છે. સ્ત્રી એ ધરનું ધન અને ધરની શોભા છે, માટે સદા તેની રક્ષા કરવી જોઈએ. મહાભાગ્યવતી અને પુણ્યવાળી સ્ત્રી પૂજનીય છે.”

હઝરત મહમ્મદ સાહેબ-“તાઈ સ્વર્ગ તારી માતાનાં ચરણો નીચે છે.”

સ્વામી દયાનંદ-“ભારતવર્ષનો ધર્મ ભારતવર્ષના પુત્રોથી નહિ પણ પુત્રીઓના પ્રતાપે સ્થિર છે. ભારતીય સ્ત્રીઓએ પોતાનો ધર્મ છોડ્યો હોત તો ભારતવર્ષ ક્યારેનોયે નષ્ટપ્રાય થયો હોત.”

સ્વામી વિવેકાનંદ-“મૈત્રેયી અને ગાર્ગી જેવી પ્રાતઃસ્મરણીય સ્ત્રીઓએ બ્રહ્મચર્યામાં સારા સારા ઋષિઓના અધિકારને પણ શોભાવ્યો હતો. હજારો વેદજ્ઞ બ્રાહ્મણોની સભામાં ગાર્ગીએ ગર્વપૂર્વક યાજ્ઞવલ્કયને બ્રહ્મચર્યાનું આહ્વાન (ચેલ્લેજ) આપ્યું હતું. x x x જે એ સર્વ આદર્શરૂપ સ્ત્રીઓને અધ્યાત્મજ્ઞાનનો અધિકાર હતો, તો પછી અત્યારે તેમને એવો અધિકાર નથી, એમ કેમ કહી શકાય?”

“અત્યારે પણ આ દેશની કન્યાઓમાં અને સ્ત્રીઓમાં જેવું સદ્-વર્તન, સેવાભાવ, સ્નેહ, દયા, સ્નેહ, સંતોષ તથા પતિભક્તિ જોવામાં આવે છે; તેવું પૃથ્વીના બીજા કોઈ ભાગમાં મેં જોયું નથી.”

“એકમાત્ર ભારતવર્ષની કન્યાઓને જોવાથીજ આજો દરે છે.

તેમનામાં લજ્જા, વિનય આદિ સદ્ગુણો હજી પણ જેવા ને તેવા રહી શક્યા છે. આવાં સરસ સાધનો હોવા છતાં તમે સ્ત્રીજાતિની ઉન્નતિ કરી શકતા નથી!!”

“જે દેશમાં-જે પ્રજામાં નારીપૂજા નથી, તે દેશ-તે પ્રજા કોઈ કાળે મહાન કે ઉન્નત થઈ શકે નહિ. નારીરૂપી શક્તિ-મૂર્તિની અવગણના કરવાથીજ આજે તમારું અધઃપતન થયું છે. x x x x જે ઠેકાણે સ્ત્રીઓનો આદર ન હોય અને સ્ત્રીઓ જ્યાં ગમગીનીમાં-જ સમય પસાર કરતી હોય, તે સંસારની કે તે દેશની ઉન્નતિની આશા રાખવી નિષ્ફળ છે; એટલાજ માટે પ્રથમ સ્ત્રીઓને જાગૃત કરવી જોઈએ અને તે ઉદ્દેશ સિદ્ધ કરવા એક આદર્શ મંદીર સ્થાપના કરવી જોઈએ. \* \* \* મહામાયાની સાક્ષાત્ પ્રતિમા જેવી સ્ત્રીજાતિનો તમે ઉદ્ધાર નહિ કરો ત્યાંસુધી તમારા દેશનો ઉદ્ધાર થનાર નથી.”

સ્વામી રામતીર્થ-“હિંદમાં સ્ત્રીશિક્ષણ અંધ કરી દેવામાં આવ્યું તેની સજા હિંદ સારી પેઢે ભોગવી રહ્યું છે. x x x સ્ત્રીશિક્ષણનો પ્રચાર કરો. તમારા પૂર્વજો સ્ત્રી શિક્ષણના પક્ષપાતી હતા. તમે કેમ વિરોધી બનીને તમારે હાથેજ તમારા પગ ઉપર કુહાડો મારો છો? જે બીજાની સ્ત્રી તરફ પાપદષ્ટિથી જુએ છે, તે પરમાત્માના ક્રોધને જાગૃત કરે છે અને પોતાને માટે નરકનો રસ્તો સાફ કરે છે.”

શ્રી. દાદાભાઈ નવરોજી-“મારી માતાએ મારી ઉપર નજર રાખીને મને મારા સહચરોના ખૂરા પ્રભાવથી બચાવ્યો.”

મ૦ ગાંધીજી-“કોઈ પણ સ્ત્રીનું સ્ત્રીત્વ ભંગ કરતાં પહેલાં મરી જવું એજ ઉત્તમ કર્મ છે. કોઈપણ સ્ત્રીને પાપકર્મમાંથી બચાવી લેવી એ સૌથી મહાન તીર્થ છે.”

અંકિમચંદ્ર-“સ્ત્રીઓ એ સાક્ષાત્ ક્ષમા, દયા અને સ્નેહની દેવી મૂર્તિઓ છે.”

પોપ-“કેટલાક મંદ બુદ્ધિવાળા કવિઓએ સ્ત્રીને ઉતારી પાડી છે. તેઓ કહે છે કે, સ્ત્રી એ એક મોંઘી વિપત્તિ છે, જાતેજ ખરીદેલો

શાગ છે, સાપની પેઠે ઝેરથી ભરેલી છે અને ધરને દુઃખમય બનાવી દેનાર કાળી રાત્રિ છે; પરંતુ આ બધા નાશવંત કવિતાના ખોટા ક-ટાક્ષ છે. આ અસાર સંસારમાં બીજા બધા પદાર્થો તો મહેનત કરવાથી મળે છે; પરંતુ સુલક્ષણા સ્ત્રી તો માત્ર પ્રભુની કૃપાથીજ મળી આવે છે. જેની પાસે એવી સ્ત્રી હોય, તે કદી દુઃખને દુઃખ નહિ માને. મને તો વિશ્વાસ છે કે, જે સંસાર સ્ત્રીઓના કલ્યા પ્રમાણે ચાલે તો દુનિયા સ્વર્ગપુરી બની જાય !”

યંગ-“સુપાત્ર સ્ત્રી પાળેલા કૂતરાથીએ વધુ નિમકહલાલ; હોડીના સુકાનથીએ વધુ દદ અને મહેલના સ્તંભોથી પણ વધુ મજબૂત છે. વમળ-માં મૃત્યુનાં ડૂબકાં ખાનાર માણસને કિનારો જેટલો વહાલો લાગે છે, તેનાથી પણ સુયોગ્ય સ્ત્રી વધુ વહાલી છે. વૃદ્ધ પિતાની આંખે નાનો પુત્ર જેટલો સુંદર દેખાય છે, તેનાથી પણ સ્ત્રી સુંદર છે. કાળી રાત્રિ પછીના મંગળમય પ્રભાત કરતાંયે સ્ત્રી વધુ તેજસ્વી છે અને રણમાં તરસથી વ્યાકુળ થયેલા મનુષ્યને પાણી જેટલું મીઠું લાગે છે, તેનાથીએ સ્ત્રી ઘણી વધારે મીઠી છે.”

લૌવિલ-“વિધાતાએ સ્ત્રીને સુંદર બનાવી છે, એટલામાટે તેને હું મહત્વવાળી નથી ગણતો; તેમજ તેને પ્રેમને ખાતર બનાવવામાં આવી છે, એટલા માટે હું તેના ઉપર પ્રેમ નથી રાખતો; પરંતુ તેને હું એટલાજ માટે પૂજનીય માનું છું કે, મનુષ્યનું મનુષ્યત્વ માત્ર તેનેજ આભારી છે.”

શેક્સપીઅર-“સૌંદર્યથી સ્ત્રી અભિમાની બને છે, ઉત્તમ ગુણોથી તેની પ્રશંસા થાય છે અને લજ્જાવતી થઇને તે દેવી બની રહે છે.”

હંટ-“સુશીલા અને પુણ્યાત્મા સ્ત્રી જેવું દુનિયામાં કંઈ પણ સુંદર નથી.”

હાર્ડેવ-“તારાઓ આકાશની કવિતા છે, તો સ્ત્રીઓ પૃથ્વીની કવિતા છે. દુનિયાના લાગ્યની રક્ષા તેમનાજ હાથમાં છે.”

સૌદે-“કવિઓએ સ્ત્રીના ક્રોધની ઈશ્વરના ક્રોધની સાથે તુલના



કરી છે; પરંતુ મને મારી સ્ત્રીના ક્રોધમાં એવું ઝેર કદી દેખાયું નથી. તે ક્રોધમાં હોય છે ત્યારે તે મારા તરફ જોતી નથી; કેમકે તેને વિશ્વાસ છે કે, મારા તરફ દેખતાંજ તેનો ક્રોધાગ્નિ પ્રેમજળ થઈને વહી જશે.”

રૂસો—“સ્ત્રીનું પુસ્તક તો સંસાર છે. તે સંસારમાંથી જેટલું શીખે છે, તેટલું પુસ્તકોમાંથી નથી શીખતી.”

આસ્કર આઈલિડ—“સ્ત્રી, એ પરમાત્માનું સૌથી મહાન જાદુ છે.”

શિદ્લર—“સ્ત્રીને પુરુષની સાથી થવાને સંજવામાં આવી છે. પ્રકૃતિ એમ ઈચ્છે છે અને પ્રાકૃત નિયમો પાળતી સ્ત્રી ઈશ્વરી આજ્ઞાનું પાલન કરે છે.”

એલન કનિંગહામ—“આવ મારી વહાલી ! આવ, મારી પાસે ખેસ. રાત વીતી ગઈ છે અને ચારે બાજુ અજવાળું થઈ રહ્યું છે; પરંતુ તારાવિના મારાથી પ્રાર્થનાના શબ્દો બોલાતા નથી. આવ, મારી પાસે ખેસ. તું પ્રભુને મારેમાટે પ્રાર્થના કરજે, હું તારે માટે કરીશ.”

આટવે—“હે સુકુમારી ! વિધાતાએ તને પુરુષોને ઠેકાણે લાવવા માટે બનાવી છે, તું ન હોત તો અમે પશુ જેવા હોત. સ્વર્ગમાં પણ એવું થું છે, કે જે તારામાં નથી ? અદ્ભુત તેજ, પવિત્રતા, સત્ય, અનંત આનંદ અને અમર પ્રેમ, સર્વ કંઈ તારામાં છે.”

એડીસન—“વિશ્વાસ રાખો કે, જે પવિત્ર પ્રેમથી પિતા પોતાની પુત્રીપ્રત્યે જુએ છે, તે રીતે બીજા કોઈ તેનાપ્રત્યે જોઈ શકતો નથી. પત્નીપ્રત્યેના પ્રેમમાં કામના છુપાઈ રહેલી હોય છે અને પુત્રપ્રત્યેના પ્રેમમાં લોભ હેતુરૂપ હોય છે; પણ જે પવિત્ર વહાલ મને મારી પુત્રી ઉપર આવે છે, તેવું બીજા કોઈની ઉપર નથી આવતું.”

જોન્સન—“મારા સૂક્ષ્મ વિચારોનું મૂળ મારી જનનીનાં પ્રેમ-ભર્યાં હાલરડાંમાં છે.”

શૉપનહૉર—“મનુષ્યને દૂરદર્શિતા માતાથી અને વીરતા પિતાથી વારસામાં મળે છે.”

અબ્રાહમ લિંકન—“હું જે કંઈ કરું છું અને થઈ શકું છું,

તે દૈવી પ્રકૃતિવાળી મારી માતાની પ્રસાદી છે.”

સર એડમંડ વરટી-“દરેક દેશમાં, દરેક જાતિમાં અને દરેક ધર્મમાં મનુષ્યને તેની માતા જેવો ખતાવે છે તેવોજ તે થાય છે.”

જોર્જ હર્બર્ટ-“એક આદર્શ જનની સો ઉસ્તાદો કરતાં પણ શ્રેષ્ઠ છે.”

નેપોલિયન-“ફ્રાન્સનો વૈભવ તેની માતાઓપર રહેલો છે. x x કોઈ પણ બાળકની ભાવિ ઉન્નતિ અથવા અવનતિનો આધાર તેની માતા ઉપરજ છે. x x હું મારી કર્તવ્યનિષ્ઠા અને ધૈર્ય મારી માતાની ગોદમાંથી શીખ્યો છું.”

લા. ડ. વર્લે-“પુરુષની ઉન્નતિ કે અવનતિ સ્ત્રી ઉપર આધાર રાખે છે. જો એ સુશિક્ષિત હોય તો પતિની ઉન્નતિનું કારણ બને છે અને જો મૂર્ખ હોય તો તે પુરુષની અવનતિનું કારણ બને છે.”

મિશલેટ-“જોકે આજે મારી માતાને પરલોકગમન કર્યાને લગભગ ત્રીસ વર્ષ થઈ ગયાં છે, પરંતુ તે હજીસુધી મારા વિચારોમાં તથા શબ્દોમાં જીવતી છે. x x x x હું મારી તમામ ઉન્નતિઓ અને વિજયોમાં મારી માતાનો દેવાદાર છું.”

ગેરીબાલ્ડિ-“મને મારા દેશપ્રત્યે જે શુદ્ધ પ્રેમ છે અને જેણે મને મારા અભાગી સ્વદેશખંધુઓના આત્મારૂપ બનાવ્યો છે, તેનો પ્રારંભ, ન્યારે હું મારી માતાને દીનોપ્રત્યે સહાનુભૂતિ ખતાવતી અને દુઃખીઆં લોકોપર દયા કરતી જોતો સારથી થયો છે.”

ગોલ્ડસ્મિથ-“જે સ્ત્રી પોતાના પતિ તથા બાળકોને નિરંતર આનંદમાં રાખે છે, તેની પાસે આખા જગતની સમ્રાઢીનો વૈભવ તુચ્છ છે.”

હુલ્કર-“હે સ્ત્રી! તું અમો પુરુષોને સાક્ષાત્ માનવજાતિની થઈને મુશ્કેલીના પ્રસંગોમાં માર્ગદર્શક થવાવાળી સિદ્ધિદર દેવી છે. તારામાં ધૈર્ય અંશ છે.”

ફ્રેડરિક હેસ્ટન-“જ્યાં માતાપિતા અને વિશેષ કરીને માતા ખુદિમતી હોય છે, એ ગૃહ મનુષ્યત્વ અને સહયતાનું મહાવિદ્યાલય

છે. ધરમાંજ મહત્વપૂર્ણ અને અત્યંત અગત્યના પાઠોનું શિક્ષણ મળે છે; માટે મહાન પુરુષો ઉત્પન્ન કરવા માટે અમારે એવી માતાઓની અગત્ય છે, કે જે પોતાનો પૂર્ણ સમય કઠિન કાર્યો કરવામાં ગાળવાની યોગ્યતા રાખતી હોય અને સાથે અમને એવી જનનીઓની અગત્ય છે, કે જેનું હૃદય અને મસ્તિષ્ક સંપૂર્ણ રીતે વિશુદ્ધ હોય. ”

## ૪૨—પરદેશી ખાંડ એટલે બ્રહ્માનો ભંડાર !

(લેખક:-એક પ્રમજન-“કચ્છી” તા.૨૦-૫-૨૩)

૧ એનસાઇક્લોપીડીઆ બ્રીટાનીકા જેવો બળવાન અને ઘણાં વર્ષોની શોધખોળને અંતે તૈયાર થયેલો મહાન ગ્રંથ કે જેને આધારે સરકાર ફેસલ્લા આપે છે, તેને ૧૯૭ મે પાને લખેલ છે કે:-“ખાંડ સાફ કરતી વખતે દરેક જનાવરના લોહી તથા હાડકાંના કોલસાનો ચૂનો નાખવામાં આવે છે.”

૨ ડીક્ષનેરી ઓફ આર્ટ્સ-ફ ટ્રી આયુર્તિ-હાંડન, પાને ૮૨૬ મે લખ્યું છે કે:-“ગાંગડા બનાવવામાં આવે છે, તે વખતે ૫૪ મણુ ખાંડમાં ૨૭ મણુ હાડકાંના કોલસાનો ભૂકો નાખવામાં આવે છે; અને ખાંડ સાફ કરવાનાં કારખાનાં ગામમાં છે, તેમાં ભારેભાર હાડકાંના કોલસાનો ભૂકો નાખવામાં આવે છે.”

૩ સ્વામી ભારકરાનંદ લખે છે કે:-“જ્યારે હું વિલાયત ગયો, ત્યારે મેં કેટલાંક ખાંડનાં કારખાનાં જોયાં. તેમાં પહેલે માળે ચઢતાંજ મને ઉલટી થશે એમ લાગ્યું. હું નહોતો જાણતો કે, આવી અપવિત્ર ચીજોથી ખાંડ બને છે; પણ નજરે જોતાં સખેદ આશ્ચર્ય થાય છે કે, જે ચીજને અડવાથી પણ મહાન પાપ લાગે તે ચીજ હિંદુઓથી ખવાયજ કેમ ?”

૪ ભારતમિત્ર-તા. ૨૮-૧૦-૧૯૦૫ ના અંકમાં જણાવે છે કે:-“સારી ખાંડ બનાવવામાટે જેમ આ દેશમાં દૂધ વપરાય છે, તેમ ત્યાં જનાવરોના લોહીથી ખાંડની અંદરનો મેલ કાપવામાં આવે છે; કારણ કે કસાઈખાનામાં દૂધ કરતાં લોહી સરતું મળે છે. મિસ્ટર હેરીશ કહે

છે કે, ખાંડ સુવરના લોહીથી સાફ થાય છે. એ. જે. ટેલર સી. ઇ. સાહેબના બનાવેલા “શ્યુગર મશીનરી” નામના ગ્રંથમાં લખ્યું છે કે, ઇંગ્લેંડ વગેરે દેશોમાં ખાંડ સાફ કરવામાં પાણી અને ગાયોનું લોહી મેળવે છે. ભાઈઓ ! હિંદુને ગાય અને મુસલમાનને સુવરનું લોહી ખાવાલાયક છે?”

૫ જ્ઞાનસાગર સમાચાર મુંબઈ, તા. ૧૫-૧૨-૧૯૦૫ માં લખે છે કે:-“પરદેશી ખાંડ-સાકર નાના પ્રકારના રોગથી ભરેલા સર્વ પ્રકારના જીવોનાં હાડકાં, બળદ અને સુવરનાં લોહી તથા મનુષ્યના મૂત્રથી સાફ થાય છે. જેના પવનથી પણ ડરીએ તેવા કોઠ વગેરે રોગવાળા લોકોનું પણ મૂત્ર તેમાં નાખવામાં આવે છે. અરેરે ! આ હિંદુ-મુસલમાનને ખાવાલાયક છે?”

૬ સ્વદેશોન્નતિ દર્પણ:-“પરદેશી સાકર અપવિત્ર છે; એટલુંજ નહિ પણ તેની અંદર નાનાં ગ્રાણી-કીડી, મકાઈ વગેરેનાં આંતરડાં, માંસ, હાડપિંજર અને શરીરની અંદરના રેસા હોય છે. મોરસ સાકર તો ખીટ, ગાજર, તાડી વગેરેમાંથી બનાવવામાં આવે છે અને તેમાં સડેલું લોહી તથા રોગિષ્ઠ જનાવરોનાં હાડકાંનું મિશ્રણ હોય છે.”

૭ મી. ૦ શીનલે નામના ગૃહસ્થ જણાવે છે કે:-“વિલાયતી ખાંડ જે હિંદમાં ફેલાય છે, તે દેખાવમાં સફેદ અને કિંમતમાં સસ્તી પડે છે; પણ તેનાથી ધણા રોગો હિંદુસ્તાનમાં પેદા થઈ ચૂક્યા છે. તે ખાંડ લોહી અને શક્તિનો નાશ કરે છે. તે ખાંડ દૂધ આદિ જે જે પદાર્થોમાં નાખવામાં આવે છે, તેમાં આપણે ઝેરજ નાખીએ છીએ એમ જણવું. ઇંગ્લેંડ તેમજ હિંદુસ્તાનના પ્રખ્યાત વૈદ્ય-ડૉક્ટરોએ સ્પષ્ટ મત આપેલો છે કે, આ ખાંડ હિંદુ-મુસલમાનને ધર્મના બાધથી તો ખાવાલાયક નથીજ; પણ તેનાથી પ્લેગ, મહામારી ઇત્યાદિ રોગો થાય છે અને બાળકોનું તથા મોટાં માણસનું મરણપ્રમાણ પણ વધે છે; માટે ધર્મને ન માનવો હોય તો આરોગ્યની દૃષ્ટિથી પણ ખાંડ ખાતા અટકવું જોઈએ. કાચના ગ્લાસમાં ગરમ પાણી ભરી તેમાં સાકરનો ગાંગડો નાખીને ઓગાળતી વખતે સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રથી જોશો તો

એમાં લોહીનાં રજકણો દેખાશે. વળી દેશી અને મોરસ ખાંડ બન્નેને જૂદા જૂદા વાસણમાં મૂકો, પછી બન્નેમાં થોડો થોડો સલ્ફરીક એસીડ (ગંધકનો તેજાબ) નાખો. તરતજ દેશી ખાંડમાંથી મીઠી માટી જેવી સુવાસ આવશે અને મોરસમાંથી દુર્ગંધ આવશે. જો આ વાત જરા પણ જૂઠી હોત તો લાગવગવાળા ગોરા વેપારીઓએ આ વિગત પ્રગટ કરનારાઓ ઉપર જરૂર ફોજદારી માંડી દીધી હોત; માટે આ બાબત સાચીજ હોવાથી કોઇ પણ હિંદવાસીને પરદેશી ખાંડ ખાવાલાયક નથી. હિંદુઓની પેઠેજ જે ગોરા લોકોએ માંસાહારનો ત્યાગ કર્યો છે અને જેઓ કેવળ વનસ્પતિના આહાર ઉપર રહે છે, તેઓએ પણ ખાંડ-સાકર ખાવાં બંધ કર્યાં છે; તો પછી આપણા હિંદુઓથી તો આવી અપવિત્ર ચીજ ખવાયજ કેમ ?”

૮ હિંદી બંગવાસી—કલકત્તા-તા. ૩૦-૩-૧૯૦૩ ના અંકમાં લખે છે કે:—“હિંદુસ્તાનમાંથીજ દર વર્ષે ૨૮ લાખ મણુ જનાવરોનાં હાડકાં ખાંડ વગેરે ખાવાના પદાર્થો બનાવવા માટે પરદેશ જાય છે. સ્વદેશી ખાંડ કદાચ પરદેશી ખાંડથી સહેજ મોંઘી મળે, તોપણ તેનાથી પવિત્રતા જળવાઈ રહે છે. વળી તે ખાંડ પરદેશી કરતાં ગળપણમાં પણ વધારે હોય છે, માટે સ્વદેશી ખાંડજ વાપરવી. કદાચ સ્વદેશી ખાંડ વાપરવાની શક્તિ ન હોય તો ગોળ વાપરવો; પરંતુ પરદેશી ખાંડ તો કોઈ રીતે નજ વાપરવી. આથી ગૌહત્યા થતી અટકશે અને દૂધાળાં ઢોરોની વૃદ્ધિ થઈ દૂધ, ઘી, દહીં વગેરે સસ્તાં થશે અને તેથી શક્તિ તથા આત્મબળ પણ વધશે.”

“અકબર બાદશાહ જેવાના મુગલાઈ અમલમાં પણ ૩ થી ૪ રૂપિયે મણુ ઘી મળતું. રૂ. ૧ ના ૭ શેર ઘીની વાતો હજી આપણા ધરડાઓ કરે છે. તે વખતે ચ્હાની મહેમાની લોકો આપતા ન હતા; પણ લાપશી ને ઘી ખવડાવતા અને ખાતા. તેથીજ પોતાના સ્વધર્મ-નું રક્ષણ કરી ૧૦૦ વર્ષ સુધી જીવતા; પણ આ તો પરદેશી વેપારી-ઓએ ખાવા-પીવાની અને મોજમઝાની એવી તો મોહક વસ્તુઓ

ખનાવી છે, કે એશઆરામથી અને ધીમા ઝેરથી આપણી જાતો ખ-  
વાઈ ગઈ છે. સૂતે સૂતે મોંમાં કોળીઓ મૂકનાર મળવાથી બેસીને હાથે  
ખાવાની તેમજ તેમાં શું શું વસ્તુઓ આવે છે તે જોવાની તરદીજ  
આપણે ના લીધી. કૂવા, ધંડી, ગાય અને રેંટીઆ, એ ચારનો વપરાશ  
દરેક ઘરમાં હતો. તેજવાથી સ્ત્રીઓમાં હીસ્ટીરિયા, કસુવાવડ, સુવારોગ  
અને ક્ષયરોગ વધીને ૨૦ થી ૨૫ વરસમાં તેમનાં મરણ થવા લાગ્યાં  
છે. પુરુષોની પણ તેવીજ દશા થઈ છે. આપણા હમેશના જીવનની  
ઉપયોગી ચીજોમાં પણ આ પ્રમાણે પરાધીનતા થઈ છે, તો હવે  
જાગો ! કુંભકર્ણની નિદ્રા ત્યાગો ! સૂર્યોદયનાં કિરણો ફૂટી ચૂક્યાં છે,  
માટે એશઆરામવાળી પરદેશી ચીજો કે જે ધર્મ, ધન અને આરોગ્ય-  
નું સત્યાનાશ કરનાર છે, તેને એકદમ તજો ! જીવનને સાદું અને  
મહેનતુ તથા તમારા વડીલોની પેઠે ૧૦૦ વરસ જીવવું રહે તેવું કરો  
અને પોતાના પગપર ઉભા થાઓ !”

## ૪૩-મૃત્યુનો મહિમાઅથવાકાણુ-મોહોકાણુ

(લેખક:-ચતુરભાઈ શંકરભાઈ પટેલ બી. એ. ‘ક્ષત્રિય’-માગશર ૧૯૨૫)

ગુજરાતમાં ઘર ધાલી બેઠેલા ફૂટવાના અને કાણુ-મોહોકાણુના  
નિંદ્રા રિવાજનો વિચાર કરનારને સહજ સમજાશે કે, એ રિવાજમાં  
પ્રેમધેલછા અને અજ્ઞાનના પરમ પ્રદર્શન સિવાય બીજું કંઈ નથી.  
મૃત્યુનું ખરું સ્વરૂપ સમજાય તો એ ઘેલછા અને અજ્ઞાનની ઇંદ્રજાળ  
આપોઆપ નષ્ટ થાય, પણ એમ બનવું સહેલું નથી. જ્ઞાનદીપ  
અજ્ઞાનાંધકાર તો ફેલી શકે, પણ ઘેલછાની ગહન ગુહાનાં પડ ભેદવાં  
એના માટે દુષ્કર છે. પ્રેમગાંડું હૃદય સત્ય વસ્તુસ્થિતિને ખાલી  
આશ્વાસનરૂપ સમજે છે, રત્નેહરંગે રંગાયલી દૃષ્ટિ ઐહિક સ્થિતિસિવાય  
બીજું કશું જોઈ શકતી નથી. વિરહવ્યાકુળ મન આધ્યાત્મિકતાના  
ઉડાણમાં ઉતરી શકતું નથી. પ્રેમોન્મત્તતાથી કુંઠિત બનેલી બુદ્ધિ  
જ્ઞાનરસાયન જીવી શકતી નથી. આ બધાં કારણોએ કરીને મૃત્યુ

પાછળ પ્રેમોર્મિજનિત રુદન તો રહેશેજ અને ભલે રહે. મૃત્યુવિષેનું અજ્ઞાન દૂર થાય તોય ઓછું નથી.

પ્રણયના પાલવે રુદન નિર્માયલુંજ છે. પ્રેમયોગી કલાપિ કહે છે કે:—“ કે પ્રીતિનું રુધિર સઘળું ઉબળુ અશ્રુતણું છે.” એ રુદનમાં કોઇ મહામૂલી મિઠાશ ભરી છે. એ રુદન આવકારલાયક છે. એ રુદન જરૂર અહીં પૃથ્વીમાં સ્વર્ગનો અંશ છે. કોઇ પણ હૃદયવાળી વ્યક્તિ એને વહાલથી વધાવ્યાવિના નહિ રહે. એથી શોકચિન્તા કે અન્ય દુઃખે ભારે થયેલાં હૈયાં હલકાં થાય છે. અંતરને અકળાવતો ડૂમે દૂર થાય છે. પ્રિય સ્મરણથી પાવન થયેલું હૃદય વધુ સ્તિગ્ધ, કામળ અને લાવભયું બને છે. શોકાદિ ધૂમાડાથી રહિત જીવ વધુ ઉજ્જવળ, ઉન્નત અને આનંદી બને છે. એકના એક પુત્રના વિયોગે અશ્રુને અભિનંદતાં કવિશ્રી નરસિંહરાવ પણ લખે છે કે:—

“જ્ઞાન બન્ધે રોકિયાં અશ્રુજળ રેલાવીને,  
સ્મરણ મોંઘાં બાળનાં તાળું નિરન્તર છો બને;  
અશ્રુ ઔષધ દુઃખનું સ્નેહ વૈદ્યે આપિયું,  
અશ્રુરૂપે વહી જતું વિષ ઉર વિષે જે વ્યાપિયું.”

એ અમોલાં અશ્રુ ભલે દરકોઈ સારો. એમના તરફ સર્વની સહાનુભૂતિ ધટે છે; પણ જરા વિષયાન્તર વેડીનેય આપણે પૂછીએ કે, એ શાન્તરસપ્રધાન કાર્યમાં હાસ્યપ્રધાન ફૂટવાના ફારસની શી જરૂર? એ અંતર્ગત લાગણીનું માત્ર ક્ષુલ્લક પ્રકટીકરણ નથી? પ્રેમની સદ્-લાવનાને નામે એ માત્ર બાહ્ય આડંબર નથી? એથી તો પ્રેમ લજવાય છે. શુદ્ધ પ્રેમ કદી એવા દેખાડાની અપેક્ષા રાખે ખરો? વળી એ ફૂટણી ફારસમાં કાણુ-મોહોકાણુના કૌમીક પ્રવેશનો ઉમેરો શા કાળે? સર્ગા-સ્નેહીઓએ આશ્વાસન આપવા આવ્યું હોય તો એકલા નથી અવાતું? સારો સંઘ સાથે લાવવાની જરૂર? આશ્વાસન લેનારથી ધરને ખૂણે નથી લેવાતું? આખા ગામને જાહેર કરી લેવાથી આશ્વાસનમાં કોઇ અદ્ભુત ઉમેરો થાય છે? મરતાં સુધી મલાળે રાખનારી

કુલિન સ્ત્રીઓ ઉધાડી છાતીઓનું રમુજી પ્રદર્શન ભરખજરે સ્વે-  
ચ્છાએ ભરે એમાં શો આપદ્ધર્મ રહ્યો હશે વાર? વિદેહ થયેલી  
વ્યક્તિના નિવાસસ્થાને આવી પહોંચતાં નિરકુશ રુદનનો નીચ દંભ  
શા સારૂ બહા? અને તેય વાણીઆવડું કરનાર વેપારીને હાથે થતો  
હોય તો સમજ્યા, પણ સરલહૃદયા સ્ત્રીઓને હાથે? હમણાં તો  
અન્યોન્ય હસતાં-રમતાં વાત કરતાં હતાં અને એક નિમેષમાત્રમાં  
સૌનાં હૃદય પીગળી ગયાં? વળી જેમ ડોળ-માણસની ભરતીનો કે  
કુટણીની ચલતીનો-વધારો તેમ પ્રેમ વધારે; એ કયા પ્રમાણપુરઃસર  
હશે? મરણપ્રસંગે આ લગ્નઅવસરના જેવી હાડકેડ અને ધમાલનો  
શો અર્થ હશે? કાણે આવનાર ડેલીગેટો તો બદલાય, પણ સન્માન-  
કારિણી સલાના સબ્યો તો એના એ તો એમને એ આવનારનું  
પ્રખળ લાગણીપૂર્વક-આવનાર શોક દર્શાવે લેથી વિશેષ દર્શાવીને-કૂદી  
કૂદી છાતી કૂટે એથી વિશેષ કૂટીને-સ્વાગત કર્યાસિવાય બીજું કોઈ  
કામ નહિ હોય? કે પછી મરનારની પાછળ જવાનુંજ એ બધાં આ-  
દરી ખેડેલાં હશે? છાતી કૂટવાથી દમ, ક્ષય અને બીજાં ફેફસાંનાં દરદો  
જન્મે છે, એ અનુભવી ડોક્ટરોનો અભિપ્રાય આ કૂટણીબહાર  
વીરાંગનાઓએ વિચારવા કદી પણ તરદી લીધી હશે કે? જે કૂટવા-  
થીજ પ્રેમ પ્રદર્શિત થતો હોય તો મહારાષ્ટ્ર અને બીજા અનેક દેશો  
પ્રેમવાંચિતજ રહેલાને? પ્રેમનો ઇજારો એકલા ગુજરાતને મળેલો?  
અને તેમાંય રાજપૂતો, પાટીદારો અને ખારોટોનેજ! એ ત્રણ કામો  
જેમ મલાજો રાખવામાં અદ્વિતીય છે, તેમ કાણુ-મોહોકાણુથી મલાજો  
ખોવામાંય અદ્વિતીય છે. એ પરસ્પર વિરોધી વસ્તુઓનો મેળ ખાધો  
શી રીતે? આખા ગુજરાતમાં એ ફારસની ખીલવણી શી રીતે થઈ?  
અને ઉપરોક્ત ત્રિપુટીમાં આટલું બધું પદ્ધતિસર બની સંપૂર્ણ કક્ષા-  
એ શી રીતે પહોંચ્યું? આ બધા પ્રશ્નો મારે મન અણુકલ્પ્યા કોય-  
ડા છે. કોઈ વાચક કે એ ફારસના ખેલાડી એમને ઉકેલશે?

હવે આપણે મૃત્યુવિષેનું અજ્ઞાન દૂર કરવા એનું ખરું સ્વરૂપ વિ-



આરીએ. આપણને જ્યારથી સમજણ આવી ત્યારથી આપણે એને મોટા હાઉ મારી લીધો છે. એની એકજ વિનાશક બાજુ જોઈને કંપ્યા છીએ, એની બીજી ઉત્પાદક બાજુને જાણવા-વિચારવાનો યત્નજ નથી કર્યો, મૃત્યુએ આખી આલમને બાયદી બનાવી છે, સારી સૃષ્ટિ એના નામથી થરથર કંપે છે, મોતની એ બીકે આપણું બૈલિક જીવન કંટકમય બનાવી મૂક્યું છે અને અનેક મહત્કાર્યો એને લીધે અટકી ગયાં છે, અનેક ફરજો એને લીધે વિસરાઈ છે. જનતાના મર્મમાં સાલતો એ કાયરતાનો કંટક નીકળી જાય, તો આ સૃષ્ટિ સ્વર્ગસમાન ઉલ્લાસવંતી બને. મોતથી નથી. બીતાં એક અણુસમજી બાળક કે મરજીવાં મદા-જન. નાનું બાળક મરણની મૂર્તિસમા સાપસાથે ગેર કરવા ઇચ્છે છે. મરજીવો કે કાઈસ્ટે કૉસને માંચડે હર્ષભેર લટકે છે, કે પ્રતાપ સ્વેચ્છાએ જંગલોમાં લટકે છે, કે દયાનંદ હલાહલને હેતે વધાવે છે, કે મેફ્સ્વિની ભૂખને સુખસમ માને છે, કે મોહનદાસ માતૃભૂમિની વેદી ઉપર સર્વસ્વનેહોમે છે! આવાં અજ ક્રે પ્રજને નથી હોતાં દુઃખ કે નથી હોતી દિલગીરી! વિષાદનાં વિષ તો નિર્માયાં છે કર્મે આપણા જેવાં અર્ધજને.

કવિવર રવીન્દ્રનાથ મૃત્યુનું સ્વરૂપ સમજાવવા એક સુંદર ઉદા-હરણ આપે છે. બાળકને ધવરાવતી વત્સલ માતા એક સ્તનનું દૂધ પૂરું થયે બાળકનાજ હિતને ખાતર એને બીજી બાજુએ ફેરવે છે. અજ્ઞાન બાળક ચીસેચીસ પાડીને રડે છે, કેમકે માતાના શુભ આશયની એને ખબર હોતી નથી. માતા બીજું દૂધભર સ્તન એના મુખમાં મૂકે છે, ત્યારે તે રડતું બંધ રહે છે અને પૂર્ણ હર્ષભેર ધાવવા માંડે છે. મરણ માટે પણ એમજ છે. જ્યારે આ શરીર આત્માના ઉપયોગનું રહેતું નથી, ત્યારે પરમવત્સલ પ્રભુ આપણાજ હિત ખાતર એને બીજું બક્ષે છે. આપણે ક્ષુદ્રભુદ્ધિ એના આ પરમ સદ્ભાવને સમજી શકતા નથી અને નાહક શોક કરીએ છીએ. ગીતામાં ભગવાન મરણને આપણી વિવિધ અવસ્થા જેવું સ્વાભાવિક લેખે છે અને કહે છે કે:--

वेदिनोऽस्मिन्यथा वेदे कौमारं यौवनं जरा ।

તથા દેહાન્તરપ્રાપ્તિર્ધીરસ્તત્ર ન મુહ્યતિ ॥૨-૧૩

અને આગળ એને સ્ફુટ કરતાં કહે છે કે,

વાસાંસિ जीर्णानि यथा विहाय नवानि गृह्णाति नरोऽपराणि ।

तथा शरीराणि विहाय जीर्णान्यन्यानि संयाति नवानि देही ॥૨-૨૨

હવે સમજાયું હશે કે મૃત્યુ-મોંઘું મધુરું મૃત્યુ-આ જીવનમાંથી પરજીવનમાં જવાનો પૂલ છે. એ પૂલ ન હોય તો આપણા ભોગ મળે; પણ પરમ કૃપાળુ પ્રભુની કરુણા કંઈ પરિમિત હોય ? એનાં વહાલાં આળોકને ઉન્નતિ કે પ્રગતિવિહોણી એકજ જડ સ્થિતિમાં એ સડવા દે ખરો ? સંહારક મહાદેવ શિવ (કલ્યાણસ્વરૂપ) અને શંકર (કલ્યાણ-હારક) શાથી કહેવાય છે, તે હવે સડજ સમજાશે. મૃત્યુ આત્માની ઉન્નતિ અર્થે છે, જીવનના વિકાસ કાળે છે, અધુરી રહેલી ઉત્ક્રાન્તિ-માટે છે, પૂર્ણતાએ પહોંચાડવા સાર છે.

કવિ શ્રી નરસિંહરાવ પણ લખે છે કે:—

“મૃત્યુ નવ પૂરું કરે જીવનું જીવન અહિં;

અધિકઅધિક વિકાસની છે ભૂમિ અન્ય જવું તહિં.

મૃત્યુ ને જીવન તણો મર્મ ઉંડો કો લહે;

મૃત્યુ તે જીવનતણું છે અન્ય રૂપ જુધો કહે.”

આવા પરમ પ્રગતિસ્વરૂપ મરણને સત્કારવા સધળાંએ તત્પર રહેવું જોઈએ. એને અંતરના ઉમળકે અભિનંદવું જોઈએ. મૃત્યુ એટલે ઉન્નતિમાં પગલાં માંડવાં. મરી જવું એટલે મહાન પિતામાં મળી જવું. સ્વામી રામનો દશ વર્ષનો પુત્ર મરી ગયો, ત્યારે એ આનંદના પરમ આવેશમાં આવી ખડખડાટ હસી કહેવા લાગ્યા કે, ભણું થયું જે મળી ગયો—નહિ કે મરી ગયો. કોઈક દેશમાં મરણપ્રસંગે હસવાનો અને આનંદ કરવાનો ચાલ છે, તે પણ આજ કારણને લધને. સંતોને મન તો મરવાં સોજીલાં છે. એ હર્ષોત્પાદક મંગલસમયે શૌચ અને દુઃખને અવકાશજ શાનો ? કદાચ પ્રેમ જે આંસુ પડાવે તો ભણે, પણ મૃત્યુનો ભય શામાટે ? સવાસો વર્ષની ઘરડી ડાશીને પણ મરણ-

॥ ૩૨ લાગે અને મહાન દિવસુક પછી મોત આગળ મહાત થાય  
મે ઓછું લક્ષ્મરૂપ છે ! મોતથી ૩૨વું એટલે અવનતિ વહોરી લેવી.  
૧૭ એથી બચાવે ! મૃત્યુની તૈયારી કરતાં આપણે ગામ્હે કે:—

“ કર લે સિંગાર એક દિન, સાજન કે ઘર જના હોગા.”

## ૪૪—શીતળાની રસીથી થતાં મરણો

(લેખક:-લાલશંકર લક્ષ્મીદાસ-જુનાગઢ)

### ગરીબો ઉપર જીલમ

૧ બોમ્બે કૉનકલ-(૧) ચૌદ વરસનો એક અંગ્રેજ છોકરો, (૨) સોળ  
રસની એક અંગ્રેજ છોકરી, (૩) એક નાનું અંગ્રેજ બાળક શીતળાની  
સીના ઝેરથી મરી ગયાં છે.-(બોમ્બે કૉનકલ, તા. ૨૬-૩-૨૩)

૨ વિલાયતનાં વર્તમાનપત્રો-શીતળાની રસીના ઝેરથી થતાં મર-  
ણો સંબંધી સમાચાર વિલાયતનાં વર્તમાનપત્રોમાં વખતોવખત છપાય છે;  
તે ઉપર પ્રમાણે સેંકડો મરણોના રિપોર્ટો આજસુધીમાં પ્રસિદ્ધ થયા છે.

૩ પરમાર્થી ડૉક્ટરો-શીતળાની રસીથી થતાં બચકર દરદોનાં  
રણો સંબંધી ઘણા પરમાર્થી ચૂરોપીઅન ડૉક્ટરોએ પોતાના જાતિ-  
મનુભવો પ્રસિદ્ધ કર્યાં છે. શીતળાની રસીને વાછરડાના પરુમાંથી  
નાવવામાં આવે છે. (૧) તે માણસના શરીરમાં દાખલ કરવાથી  
ટલાં બધાં બાળકો તેમજ મોટી ઉંમરનાં સ્ત્રી-પુરુષો જીવલેણ બિમારી-  
ની પીડાઈને મરી જાય છે, (૨) શીતળાનું દરદ અટકાવવામાં તે  
તી કેવી નકામી છે, (૩) તે રસી ફરજિયાત મૂકવામાટે ગરીબ લોકો  
પર કેટલો બધો જીલમ થાય છે, તે સંબંધી સત્તાવાર હકીકતો  
સિદ્ધ કરવા માટે દયાળુ અંગ્રેજોએ લંડનમાં એક મંડળી સ્થાપી છે.

૪ શીતળાની રસીનાં ત્રાસદાયક માદાં પરિણામો તે મંડળી પ્ર-  
સિદ્ધ કરે છે. તેને પરિણામે વિલાયતની સરકારે ફરજિયાત રસી મૂકવા-  
ના કાયદો રદ કર્યો છે અને હવે લાખો અંગ્રેજો પોતાનાં બાળકોને  
શીતળાની રસી મૂકાવતા નથી અને તેવાં બાળકો તંદુરસ્ત જીંદગી મોગવે છે.

૫ ગરીબ માણસો ઉપર જીલ્લમ-શીતળાની રસી ફરજિયાત મૂકવામાટે ગરીબ લોકો ઉપર જીલ્લમ કરવામાં આવે છે. તે સંબંધ-માં વખતોવખત આ દેશનાં વર્તમાનપત્રોમાં પોકાર છપાય છે. હાખલાતરીકે:—

(૧) “કાઠિયાવાડમાં નાનાં બાળકોને રાજ્યોના શીળી કાઢનાર તરફથી જે દુઃખ થાય છે તે દુઃખ લખ્યું લખાય તેવું નથી.”—કાઠિયાવાડ ટાઇમ્સ, તા. ૦૨-૬-૧૯૨૦. (૨) “મહુવામાં—શીળી ડૉક્ટરોના પગારો વધ્યા, કોઈને ઘેર શીળી કાઢવા જવાની શી ઠરી, વાહનનાં ભથ્થાં મળ્યાં, તોએ લોભનો અંત નહિ. જેના હાથમાં છુરી આવી તે શું શું ઘાતકી-પણું ન ગુજરી શકે! પૈસાને ખાતર નાનાં બાળકો અને નિર્દોષ ઔરતોપર બસ સીતમજ આવે!” ( “સૌરાષ્ટ્ર” તા. ૧૦-૩-૧૯૨૩ )

૬ પ્રાર્થના—(૧) ઉપર જણાવેલી લંડન ખાતેની પરમાર્થી મંડળીના સેક્રેટરીને માત્ર પાંચ શીલીંગ મોકલીને તેવું ઘણું જણવાજોગ સાહિત્ય મંગાવીને વાંચવાની, (૨) શીતળાની રસીથી આ દેશમાં કેટલાં મરણો તથા ભયંકર દરદોના કેસો થાય છે, તે જણવા માટે ઘેર ઘેર જતે તપાસ કરવાની, તથા (૩) ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે તે રસી ફરજિયાત મૂકવા માટે થતા જીલ્લમથી ગરીબ લોકોને બચાવવાની આ દેશના દયાળુ અમલદારો તથા ડૉક્ટરો મહેરબાની કરે, અને તેથી તેઓ લાખો આત્માઓના આશીર્વાદ મેળવે, એવી મારી પ્રાર્થના છે.

૭ બીજી પ્રાર્થના—લંડન ખાતેની ઉપર જણાવેલી મંડળીની એક શાખા આ દેશમાં સ્થાપવાની કોઈ દયાળુ આત્મા મહેરબાની કરે અને તેથી તેઓ મહાપુણ્ય કમાય, એ મારી બીજી પ્રાર્થના છે.

જેઓ માણસજાતના તેમજ જનાવરોના આશીર્વાદ લે છે, તેઓને ઈશ્વરી ન્યાયાધીશ સ્વર્ગે મોકલે છે. જેઓ માણસજાત તથા જનાવરોના શાપ લે છે, તેઓ નરકમાં પડીને ત્રાસદાયક પીડા ભોગવે છે.

વાંચનાર! તમે શું લો છો?—માણસજાત તેમજ જનાવરોના આશીર્વાદ કે શાપ? ઈશ્વરી ન્યાયાધીશને કોઈ ઠગી શકવું નથી.

## ૪૫—રખખરનાં રમકડાંથી લાગુ પડતું ઝેર

જે માઆપો પોતાનાં બચ્ચાંને રખખરનાં રમકડાં રમવા આપે છે, તેમને ખખર નથી હોતી તેથી તેઓ પોતાનાં વહાલાં બચ્ચાંઓની હોજરીમાં ઝેર દાખલ કરે છે. રખખરનાં રમકડાંની બનાવટમાં સીસાનો ક્ષાર (વ્હાઇટ લેડ) —સફેદો વાપરવામાં આવે છે. આ ક્ષાર ધણોજ ઝેરી ગણાય છે. જ્યારે બચ્ચાંઓ આવાં રમકડાં મોઢામાં નાખે છે, ત્યારે તેના પેટની અંદર આ ઝેરી ક્ષાર જાય છે અને બચ્ચાંઓને અનેક દરદો જેવાં કે ખરાબ દાંત, બેવડો વળી ગયેલ બરડો, ગાગર જેવું પેટ વગેરે થાય છે. જે માતાઓ પોતાનાં બચ્ચાંઓને રમવાને માટે રખખરની ‘ધાવણી’ આપે છે, તે આનાથી ધડો લેશે કે? જૂનાં જમાનાની લોકડાની ધાવણીજ ઉત્તમ છે. રખખરના કરતાં તે સસ્તી પણ મળે છે. બીજાં રમકડાં પણ લોકડાનાં અગર સફેદ કાચનાં વાપરવાં જોઈએ.

## ૪૬—આરોગ્યવિષેનાં છૂટક સ્મરણો

( લેખક:—ડૅ. સી. મહેતા; “ભાગ્યોદય” માંથી. )

(૧) રાત્રિએ અધિક જગવાથી બળ ક્ષીણ થાય છે અને તંદુરસ્તી ખરાબ થાય છે.

(૨) નિદ્રામાંથી જાગૃત થતાં ખાટલામાંથી ફૂટી પડતું હાનિકારક છે. આંખો ઉધડ્યા પછી સૂતાં સૂતાં થોડીક વાર પરમાત્માનું સ્મરણ કરવાથી સ્વાસ્થ્ય સાચું રહેશે.

(૩) સ્વાસ્થ્ય-રક્ષાને માટે ખાટલાપરથી ઉડીને થોડુંક પાણી પીવું, થોડીક કસરત કરવી, અધિક વાર બોજન ન કરવું, ચ્હા, દારૂ અધિક ખાટી-કડવી વસ્તુ ન ખાવી આવશ્યક છે.

(૪) રોજ સવારે ખુદ્શા શરીરે સૂર્ય સામે બેસવાથી કોઈ રોગ નહિ થાય.

(૫) કદી કદી ઉપવાસ કરતા રહેવાથી શરીરને બહુ લાભ થાય છે. આ હિંદુશાસ્ત્રનોજ મત નથી, પરંતુ મોટા મોટા વિભાવતી ડૉક્ટરોનો મત છે. ડૉક્ટર લીવેનાર્ડ વિલયમ કહે છે કે, કદી કદી ઉપવાસ કરતા રહેવાથી ધણાખરા નાના રોગો મટી જાય છે.

(૬) જ્યારે બાળક ધરની બહાર તડકામાં અને સ્વચ્છ વાયુમાં રમે છે, ત્યારે તેની પાચનશક્તિ ધરની અંદર રહેવાના કરતાં ચોવીસ ગણી અધિક વધે છે.

(૭) ખુદ્લા પગોએ બહુ દૂરસુધી રસ્તે ચાલવાથી જેટલા રોગો દૂર થઈ શકે છે, તેટલા રોગ ખીજ કોઈ ઔષધિ યા પથ્યથી દૂર નથી થતા.

(૮) લીલી હરિયાળીની તરફ થોડીક વાર આંખો લગાડીને તાકતા રહેવાથી આંખોતું તેજ ખૂબ વધે છે.

(૯) થાક લાગતાં પાણી પીવાથી કામના કારણથી પેદા થયેલા ઝેરી પદાર્થો પાતળા પડી જાય છે અને શરીરને હાનિ પહોંચાડવા પહેલાં તે બહાર નીકળી જાય છે; માટે થાક લાગવાપર પાણી પીવું આવશ્યક છે.

(૧૦) પીવાના પાણીને જો એક વાર સવારે ગરમ કરીને ગાળીને રહેવા દેવામાં આવે તો તેના જીવજંતુઓ મરી જાય છે અને ઘણા રોગોથી છૂટકારો મળી જાય છે.

(૧૧) મંદવાડમાં બહુ બોલવાથી, બહુ હસવાથી અને પુસ્તકો વાંચતા રહેવાથી જ્વરનો વેગ ઓછો થઈ જાય છે.

(૧૨) પગ ધોવા પહેલાં માથું ધોવામાં આવે તો મસ્તક કદી કમજોર નથી થતું.

(૧૩) માંદા થવા પર તેની દવા કરાવવા કરતાં બારે મહિને ત્રણ રૂપિયા ભરીને હૃન્નરવિજ્ઞાન અથવા લાઝોદ્ય જેવાં માસિકપત્રો મંગાવીને આરોગ્યતા જળવી રાખવાના નિયમો વાંચવા તે વધારે સારું તેમજ લાભદાયક છે.

(૧૪) કોઈ પણ રોગ થવાપર આ દેશનિવાસીઓને માટે આજ દેશની દવા અનુકૂળ પડી શકે છે. વિદેશી ઔષધિઓ આપણા સ્વ-

ભાવની વિરુદ્ધ હોવાના કારણથી આપણો વાસ્તવિક ઉપકાર નથી કરી શકતી. આ માટે જ્યારે કદી ઔષધિ સેવવાની આવશ્યકતા હોય, ત્યારે આપણા દેશમાં ઉત્પન્ન થયેલા ઔષધનું જ સેવન કરવું જોઈએ. વિદેશી ડૉક્ટરની યા વિદેશી ઔષધિનું કદાપિ સેવન ન કરવું જોઈએ.

(૧૫) શરીરની રક્ષાને માટે મનને પણ ઉન્નત બનાવવું જોઈએ. મનમાં ખરાબ વિચારો કદી ઉત્પન્ન ન થવા દેવા જોઈએ.

(૧૬) મન અને શરીરની ઉન્નતિ મનુષ્યના આચરણ પર આધાર રાખે છે. સદાચારી મનુષ્યજ ઉત્તમ શારીરિક અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે અને સદાચારી મનુષ્યજ ઉત્તમ સંતાન પ્રાપ્ત કરવાનો અધિકારી થઈ શકે છે.

(૧૭) માથાપર નાના વાળ રાખવાથી સ્વાસ્થ્ય સાફ રહે છે અને ઉત્સાહની વૃદ્ધિ થાય છે.

(૧૮) સ્વાસ્થ્ય ખરાબ થવાપર યા રોગના ઉત્પન્ન થવાપર દવા કરવા કરતાં પથ્યપર અધિક ધ્યાન આપવું જોઈએ.

## ૪૭-ક્રોધથી માતાના ધાવણમાં ઉપજતું ઝેર

(‘હિંદુસ્તાન’ તા.૩૧-૫-૨૪)

વિદ્વાન ડૉક્ટરોએ એવી પરીક્ષા કરી છે કે, જે માતા પોતાના બાળકને ધવરાવતી વખતે ક્રોધમાં આવેલી હોય છે, તે માતાના ધાવણમાં અમુક પ્રકારનું ઝેર પેદા થાય છે. એક વખત એક માતા તેની પડોશણ સાથે ખૂબ વઢવાડ કરીને ઘણીજ ગુસ્સે થઈ ગઈ હતી. એવી હાલતમાં ઘેર આવીને તરતજ પોતાના બાળકને ધવરાવવા છાતીએ વળગાડ્યું; બાળક ધાવ્યું કે તરત તેને આંચકી આવવા લાગી અને મરવા પડ્યું હોય તેવાં ચિહ્નો દેખાયાં. આટલા કારણસરજ આપણી ડોસીઓ જ્યારે જ્યારે બાળકને ધવરાવવા માતા ખેસે છે, ત્યારે ત્યારે તેને શાંત મનથી નિરાતે ખેસીને બાળકને ધવરાવવાની સૂચના કરે છે. હાલના જમાનાની જુવાન માતાઓ આ ડોસીશાઓનો અર્થ સમજશે કે પોતાનું ડહાપણ અક્ષાવશે ?

## ૪૮—ચુનો અને તેની વપરાશના લાભ

(લેખક:—મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી. “ગુજરાતી” તા.૨૩-૧૧-૨૪)

ચુનો બીંતે ચોપડવાની પ્રથા ક્યારથી ચાલી તે નક્કી કહી શકાતું નથી, પણ ઇંટચુનાનાં ઘર બાંધવાનું અને પથ્થર પકવીને ચુનો તૈયાર કરવાનું તથા તે ખાવાનું અને દવામાં વાપરવાનું તો ઘણા વખતથી જાણીતું છેજ; પણ આપણી ઘણીક દવાઓ તથા રંગોની પણ (કેમી-કલ ટેકનોલોજી) રસાયણિક હુન્નરવિદ્યાનું વર્ણન ક્યાંય નથી મળતું, તેમ ચુનાનું પણ જણાય છે. હવે એ સ્થિતિ બદલાઇ છે. આપણી પ્રક્રિયાઓના સિદ્ધાંતો હવે ખુલ્લા થતા જાય છે અને તે પ્રમાણે આજ એક બે બાબતો કહું છું.

ચુનો એટલે કૃદ્ધચમ ઑક્સાઇડ અથવા કૉસ્ટીક લાઇમ—દાહક ચુનો. તે પાણીમાં મેળવવાથી પાણીને બદબદાવી મૂકે અને ખુલ્લો રહેવાથી હવામાંથી કાર્બોનિક એસીડ ગેસ ખેંચી લઇને હવાને શુદ્ધ કરે તથા પોતે અશુદ્ધ યાને કૃદ્ધચમ કાર્બોનેટરૂપે કે જેને આપણે ચાક કહીએ છીએ, તે રૂપમાં થઇ જાય છે. એકે એક કણ આ પ્રમાણે ચાકરૂપે થઇ ગયા બાદ એનાપર ગમે તેવું અને ગમે તેટલું પાણી રેડો પણ જરાએ ગરમ થવાનુંજ નહિ.

ઘણાંક જીવજંતુઓ ખરાબ હવા કારબોન ડાઇઑક્સાઇડ અને કાર્બોનિક એસીડ ગેસમાં જીવી શકે છે. આપણે જે શ્વાસ નાકમાંથી બહાર કાઢીએ છીએ, તેમાં એજ હવા હોય છે. પાઉં બનાવનારા ખમીર ઉઠાવે છે (આથો નાખે છે) તેમાં પુલતી વખતે જે પરપોટા બાજે છે—ટોકળાંના આથાની માફક—એ પરપોટાની હવા તે કાર્બોનિક એસીડ ગેસ. બંધ કૂવામાં એ ભેગી થાય અને પાણી હોય તો પાણીમાં શોષાઇને તેમાંના કચરા કે ચુનાને (કે જે ચુનો હોવાથી એ પાણી ‘હાર્ડ-વોટર’ કહેવાય છે અને સાબુ લગાડતાં તે ચીકટાઈ જાય છે) એ ઓગાળી નાખે અને પાણી ન હોય તો ભેગી થઇને ભરાઈ રહે અને



કોઈ જનાવર કે માણસ તેમાં જતાંજ મરી જાય. ઘણી વાર જમીનપર ખાડા હોય છે અને ઘીય વસ્તીને લીધે કે ખીજા કોઈ કારણથી જમીનમાંથી કાર્બોનિક એસિડ ગેસ બહાર નીકળતી હોય તો ખાડામાં ભરાઈ રહે. આવા ખાડામાં સ્વાભાવિક રીતે નાનાં જનાવર જમીને ખેસે કે તરતજ ખેશુદ્ધ થવા માંડે. આવી આ કારણોન ડાઇઓક્સાઇડ અથવા જેને કાર્બોનિક એસિડ ગેસ કહે છે, તેની અસર છે.

આ કાર્બોનિક એસિડ ગેસને યુનો અને કૉસ્ટીક સોડા જલદીથી ખેંચી લે છે; ન્યુમોનીઆવાળાને શુદ્ધ ઑક્સિજન આપવામાટે જે લોખંડના નળા ડૉક્ટરના કહેવાથી આપણે લાવીએ છીએ, તે નળામાં ઑક્સિજન ભરતી વખતે તે યુના કે કૉસ્ટીકમાંથી પસાર કરીને પછી ભરાય છે, જેથી કંઈપણ કાર્બોનિક એસિડ ગેસ ઑક્સિજનમાં રહી ગઈ હોય તો પકડાઈ જાય. આપણે જેમ દરદીને ઑક્સિજન આપીએ છીએ, તેમજ તે વખતે ભીંતે તાજે તાજે યુનો ચોપડવાનું પણ રાખીએ, તો આખા ઓરડામાં ઑક્સિજનજ ઑક્સિજન થઈ રહે; કેમકે જે હવા આવે અને ભીંતે અડે તે અધી શુદ્ધ થઈ જાય અને કાર્બોનિક એસિડ ગેસ ભીંતમાં શોષાઈ જાય તથા વાયુમાંના ઑક્સિજન વગેરે ખીજા ભાગો રહી જાય, જે દરદીને ઘણો ફાયદો કરે. માથા આગળ યુનાના ગાંગડા રાખવાથી પણ ફાયદો થાય.

નવા ઠેકાણે રહેવા જતાંજ આપણે સૌથી પ્રથમ યુનો ચોપડાવ-વોજ જોઈએ, જેથી હવા શુદ્ધ થતાં જે જંતુઓ ખરાબ હવામાંજ જીવી શકે છે અને રોગ પેદા કરે છે, તે નષ્ટ થાય અને ખરાબ હવા કે ભેજને લીધે રહેઠાણ કરનારાં જીવજંતુ આવીને રહે નહિ. આથી ઘણા લયથી આપણે મુક્ત થઈએ છીએ. આ રીતે યુનો આપણને માત્ર એકલો સફેત દેખાતી ચોખ્ખી ભીંતનો સુંદર દેખાવ નથી પૂરો પાડતો, પણ હવાને ચોખ્ખી રાખીને રહેનારની તંદુરસ્તીને સંભાળે છે. આપણે યુનો વર્ષમાં એકાદજ વાર લગાડીએ છીએ, તે ઠીક નથી. ત્રણ-ચાર વાર જરૂર લગાડવો જોઈએ; અને તેમાં સફેત, ગોળ,

ગુદર કે કાઈ જાતના રંગની માટી નાખવી નહિ જોઈએ. શુદ્ધ કળાનો ચુનો-ભુકો થઈ ગયેલો તદ્દન નકામો માટીની પણ કિંમતનો નહિ એવો સફેદ ભૂકો નહિ પણ-તાજે ભીંજવી ચોપડવો જોઈએ.

## ૪૯-એક પ્રકારના રંગની અનુપયોગિતા

(લેખક:-મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી. “ગુજરાતી” તા. ૨૩-૧૧-૨૪)

ડીસ્ટેમ્પર નામનો એક પ્રકારનો રંગ આવે છે. આમાં મોટે ભાગે ચુનો હોય છે અને ચીકાશવાળી ચીજ બદલ ધણે ભાગે “કેસીન” (સૂકું દૂધ) મેળવેલું હોય છે. આ દૂધનો ગુણ એવો છે કે, ચુના જેવી ચીજસાથે પાણી મેળવતાં તેમાં એ ઓગળાને ચીકાશ આપે. ટંકણખારમાં પણ “કેસીન” ઓગળી જાય છે. નકલી હાથીદાંત એનોજ બને છે અને છત્રીના ડાંડા, કાલર, બટનો, પાસા વગેરે હળ-રે ચીજો એમાંથી બનાવે છે. એ સેલ્યુલોઝીની માફક સળગી ઉઠતો નથી. ગુજરાતમાં દૂધમાંથી માખણ કાઢી લીધા પછી જે “સેપરેટ” બચે છે તેને ફાડીને કેસીન જૂદું પાડી સૂકાવી વિલાયત ચઢાવાય છે અને બાકી પાણી રહી જાય તેમાંથી લેક્ટીક એસિડ બને અથવા ચામડાં કેળવનારને આપવામાં આવે અથવા ચુનો મેળવીને કેલશ્યમ લેક્ટેટ બનાવી ડોક્ટરી દવામાં વપરાય. આ કેસીન સૂકાચું એટલે પાણીમાં તો ગમે તેટલો વખત ઉકાળવાથી પણ ઓગળતું નથી, પણ ટંકણખાર (સેંકડે છ ભાગ) નાખવાથી ઓગળે છે અને ચીકણું લાઠી જેવું થાય છે. ચુના સાથે પણ એ ઓગળી જાય છે. આ સિદ્ધાંત ઉપરથી ચુનો તાજે ભઈ તેમાં કેસીન મેળવીને અને મનપસંદ ખુદ્દો રંગ મેળવીને તેમાં હવા ન જઈ શકે તેવા એરટાઈટ ડબ્બા પેક કરી મૂકે છે; જે વાપરતી વખતે માત્ર પાણી મેળવીને લગાડી દેવાય. ચુનો ચોપડવાને બદલે ડીસ્ટેમ્પર વાપરીએ તો સારું એમ કેટલાકતું માનવું છે; પણ એ માત્ર શોભાનીજ દૃષ્ટિએ. ચુનો ઉખડી જાય અને ડીસ્ટેમ્પર ઉખડે નહિ, કપડે ધસાય નહિ, ફર્નીચરને ભાગે નહિ, ઘોવાઈ ન જાય, એ એના ગુણ બતાવવામાં આવે છે

તે તફાવત ખરા છે; પણ ચુનો લગાડવાનો મૂળ હેતુ એમાં જળવાતોજ નથી. ડીસ્ટમ્પરમાં ચુનો જેવી ઝેરી હવા ચુસવાની જગ્યા (પોરોસીટી) તથા શક્તિ રહેતી નથી. માત્ર સુંદર દેખાવ આપે છે અને ઉપર જણાવેલા બીજા ગુણ ધરાવે છે; પણ તંદુરસ્તી સૌથી વધુ કિંમતી છે, એ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે. તેથીજ એકસો ચુનો બી'તે લગાડવો જોઈએ.

## ૫૦-સફેતો ચોપડવાની જીવલેણ ફેશન

(લેખક:—મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી. “ગુજરાતી” તા.૨૩-૧૧-૨૪)  
સર્વ કરતાંએ વધુ ખરાબ તે પેલી વ્હાઈટ પેન્ટ-ઑર્ગેનિક કલર-સફેતો ચોપડવાની જીવલેણ ફેશન ! એ સફેતી તે પણ જેવી તેવી આપે છે ! બીજો કશો ગુણ એમાં નથી અને ઉલટું નુકસાન કેટલું ? વ્હાઈટ પેન્ટ ચોપડનારાઓનાં કુળનાં કુળ એના ઝેર-લેડ પોઈઝનીંગ-થી નષ્ટ થઈ જાય છે, છતાં સરકાર વ્હાઈટ પેન્ટ કરાવનારાપર ગુન્હાનો આરોપ મૂકતી નથી અને જૈનો આ હત્યા તરફ લક્ષ્ય આપતા નથી ! ચુનો ચોપડનારની બેદરકારીથી તેની આંખને જોખમ રહે કે હાથે-પગે લાગે તો તે ફાટે; પણ લેડ પેન્ટ સીસાની લસમનો ખનાવેલો સફેતો અત્યંત ઝેરી અને તેમાં વળી પીરોજી રંગ લાવવા માટે “જંગાલ” (ફોસ્ફોર કારબોનેટ) કે એટાક જે દુનિયાની ઝેરીમાં ઝેરી ચીજોમાંની એક છે, તે વપરાય છે; અને એ બેડ ઝેરી ચીજો શરીરને અત્યંત હાનિકર્તા છે. સાયન્ટિસ્ટો-વૈજ્ઞાનિકો ખૂબ મારી મારીને કહી રહ્યા છે કે, આ ધાતક ફેશન નષ્ટ કરો. પાર્લામેન્ટમાં કાયદો માટે ખરડા આવે છે, પણ હજી કશું સાફ પરિણામ આવ્યું જણાતું નથી. હમણાંજ મહિના એક ઉપર વ્હાઈટ પેન્ટની ઝેરી અસર માટેના કાયદોનો ખરડો હાઉસ ઓફ કોમન્સમાં બીજી વારના વાચનમાટે આવ્યો હતો. ધણી-ખરા સુધરેલા દેશોએ કબૂલ કર્યું છે કે “વ્હાઈટ પેન્ટ ધરમાં ચોપડવા માટે નથી ઇષ્ટ, તેમજ નથી જરૂરી.” આ ખરડાના ટેકામાં લોર્ડ હેનરી કેવેન્ડીશ-બેન્ડીક, નોટિંગહામના કોનઝરવેટિવ મેમ્બર મોડું

વ્યાખ્યાન કર્યું અને ડર્મીનના લેખર મેમ્બર મી. ડબ્લ્યુ. આર. રેન્સે તો પોતાનો જાતિ-અનુભવ વ્હાઇટપેન્ટ ચોપડનાર તરીકેનો કહી સંભળાવતાં કહ્યું કે “હું પોતે એ સીસાના રંગના ઝેરથી ધણા વખતથી પીડાઉં છું અને હજી (પાર્લામેન્ટનો મેમ્બર થયો અને રંગારાનો ધંધો મૂકી દીધો છે છતાં) એ ઝેરની અસર મારા શરીરમાંથી સદંતર નાબૂદ થઇ નથી.” પોતાના જોવાજ બીજા અનેક દાખલા તેણે પાર્લામેન્ટમાં કહી સંભળાવ્યા અને સીસાના રંગનું ઝેરીપણું કેવું ખરાબ જાતનું છે, તે બહુ સારી રીતે વર્ણવ્યું. આ ઉપરાંત રેડીંગન લેખર મેમ્બર ડૉક્ટર સોમર વીલ હેસ્ટીંગ્સે એ ખરડાને ટેકા આપતાં ઘણું કહ્યું હતું અને છેવટે પાર્લામેન્ટે ખરડાનું બીજી વારનું વાચન પસાર કર્યું હતું.

આ સિવાય કેટલાક એમ ધારી બેસે છે કે, લાકડાંને એ રંગ લગાડવાથી તેને ઉંચઘ લાગતી નથી. આ વાત પણ ખોટી છે અને તે દાખલા દલીલ સાથે પોપ્યુલર સાયન્સ સીક્રીટીઝમાં એક લેખકે સચિત્ર વર્ણવી છે. કિલટું લાકડાંમાં જે બીનાશ ધર બાંધતી વખતે પેસી જાય છે-આસપાસના બીંતના ચુના અને ઘીટમાંથી-તે સૂકાવાનું કામ વ્હાઇટપેન્ટ સદંતરજ શેકી મૂકે છે અને તેથી લાકડું ન સડતું હોય તોયે સડે છે. આજે ફેક્ટોરો નજરે પડે છે કે, જૂના દેશમાંનાં ઘરોનાં લાકડાં નથી સડતાં, પણ મુંબઈનાં ઘરોનાં લાકડાં સડી જાય છે તેનું કારણજ એ છે.

આ બધું જોઇને વિચાર કરતાં જણાશે કે, એકલા ચુના કરતાં લીંતે ચોપડવા માટે કશુંએ વધારે તંદુરસ્તીલયું નથી.

## ૫૧-દેશી પેઇનકીલર

લીંબુનો રસ શેર ૧, આદુનો રસ શેર ૧૧, સિંધવ તોલો ૧૧, હીંગ તોલો ૧, સંચળ તોલો ૧, સાકર શેર ૧, એ બધી વસ્તુ એકત્ર કરી તેને ઉકાળતાં ૩ જોશ આપી, તેને ગાળી લઈ, સારા બુચની ખાટલીમાં ભરી રાખવું; અને મસાલો નીચે ઠરી જાય એટલે ચુકિતથી ઉપરનું પાતળું પાણી નીતારી લઈ, બીજી મજબૂત ખૂચવાળી ખાટલી-

માં ભરી લેવું. આ પ્રવાહી ઝાડા બંધ કરવામાટે વાપરવું હોય, ત્યારે તેમાં થોડું કપૂર મેળવી વાપરવું અને માત્ર પેટમાંનો દુઃખાવોજ મટાડવા સાર વાપરવું હોય તો કપૂરવિના પાવું. એનાથી અજીર્ણ તથા મરડો મટે છે, વાયુની તથા પિત્તની શાંતિ થાય છે, ઝાડા બંધ થાય છે, ભૂખ લાગે છે અને રુચિ ઉત્પન્ન થાય છે.

## પર-વિંછીના કેટલાક ઉપાય

૧-વિંછી ડાંખ મારે કે તરત તે જગાએ મીઠું ધસવાથી ચઢતો નથી.

૨-કડવી ઘીભોડીનાં પાન ચોળીને વિંછી ચઢ્યો હોય ત્યાંસુધી ચોપડવાથી ઉતરે છે. ડાંખ ઉપર એનાં પાનની લુગદી બાંધવી.

૩-ખાટખટુંબો પાણીમાં ધસી વિંછી ચઢ્યો હોય ત્યાંસુધી ચોપડી પવન નાખવો એટલે ઉતરી જશે.

૪-માણસના નખ તથા સોપારીનો ભૂકો ખીડીમાં પીવાથી વિંછી ઉતરે છે.

૫-કરોળીઆનું પડ ચલમમાં પીવાથી વિંછી ઉતરે છે.

૬-નાગરવેલનાં બે પાન લઈ તેમાં ચપટી ચપટી મીઠું નાખી ચાવી જવાથી વિંછી ઉતરે છે.

૭-ધંતુરાના પાનનો રસ ડાંખ ઉપર ચોપડવાથી અને તેના પાનની લુગદી બાંધવાથી વેદના મટે છે.

૮-ડાંખ ઉપર મધ ધસવાથી ફાયદો થાય છે.

૯-પાકાં કેળાંની લુગદી કરી ડાંખ ઉપર બાંધવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૧૦-જાંબુડાનાં પાન વાટી લુગદી બાંધવાથી ઝેર ઉતરે છે.

૧૧-આંબલીના કચુકાને ધસીને ઘોળો થાય ત્યારે ડાંખ ઉપર ચોડી દેવો, એટલે તે ઝેર ચૂસી ખરી પડશે.

૧૨-તુલસીનાં પાન ચાવી કાનમાં ડુકવાથી વિંછી ઉતરશે.

૧૩-પાશેર પાણીમાં ત્રણેક તોલા મીઠું વાટીને નાખવું અને પછી ખૂબ હલાવીને કપડાવતી પાણી ગાળી લઈ તે પાણી શીશીમાં ભરી

રાખવું. વિંછીના ડાબપર આ પાણીમાં રૂનું પોલિયું ભિંજવીને મૂકી દેવું તથા વિંછી ચઢ્યો હોય ત્યાંસુધી એજ પાણી ચોપડીને જમણા હાથે ઉપરથી નીચેની બાજુ તરફ જરા ભાર દબને ધસવું તથા થોડુંક રૂ શીશીના પાણીમાં પલાળીને વિંછી જે બાજુ કરજો હોય તેની સામેની બાજુના નસ્કોરામાં જોરથી તેમાંનું પાણી સુધાડવું તથા એજ (ઊલટી બાજુના) કાનમાં પણ એ શીશીમાંનું પાણી થોડુંક નાખવું.

૧૪-ઠીંકરામાં થોડા અંગારા મૂકી તેના ઉપર હળદરની ભૂકી ભભરાવીને તેનો ધૂમાડો કરડેલા અંગની સામેના નસ્કોરામાં લેવરાવવો.

## પડ-ગુગળના ધૂપનો મહિમા

(લેખક:-માસ્તર કાળીદાસ રાજભાઈ ખગસરાકર ‘ગુજરાતી કેસરી’)

જે સ્થળની હવા જરા પણ ખગડેલી માલૂમ પડે અને જ્યારે એપી રોગોનું જોર વધતા પ્રમાણમાં આવે, ત્યારે વિદ્વાનો હવનહોમ કરવા લલામણો કરે છે. આથી વાતાવરણ શુદ્ધ થઈ એપી રોગનાં પરમાણુઓ નષ્ટ થઈ ઘણી વખતે રોગનાશક હોમલાઓ તરત બંધ થતા જોવામાં આવેલ છે. જે ઘરમાં “વૈશ્વદેવ” યજ્ઞ નિયમિત થાય છે, તે ઘરના લોકોમાં કોઈ પણ એપીરોગ લાગુ પડવાનો ભય રહેતો નથી. સુગંધિત દ્રવ્યોના ધૂપથી વાતાવરણ શુદ્ધ થઈ તે મનુષ્યોને નિરોગી અને ખળવાન તેમજ સુખી રાખે છે. વિશેષે કરીને ગુગળનો ધૂપ વાતાવરણને એકદમ સુધારે છે; કારણ કે ગુગળ જંતુઓનો નાશકર્તા છે. ગુગળના ધૂપસંબંધે અથર્વવેદના કાંડ ૧૯ ના મંત્ર ૩૦માં લખેલું છે કે:-

न तं यक्ष्मा अवरून्धत नैनं शपथो अश्नुते ।

यं भेषजस्य गुग्गुलोः सुरभिर्गन्धोऽश्नुते ॥

ગુગળ સુગંધિત વાસ ફેલાવે છે, તેથી યક્ષ્મા, ક્ષય વગેરે વ્યાધિઓ પીડા કરી શકતા નથી. વળી શપથ (શાપ) કે કોઈની ખદ્દુઆ કે કોઈનું મારણ-મોહન, ઉચ્ચાટન અથવા મંત્રતંત્ર ગુગળનો ધૂપ લેનારને સત્તાવી શકતાં નથી. વળી આર્યવૈદ્યક ગ્રંથમાં લખ્યું છે કે:-

કૃમિપાતમયાષ્ટાપિ, ધૂપયેત્ સરલાદિમિરિતિ ।

સરલાગુરુગુગ્લુભિરિતિચિકિત્સ રસંગ્રહે ચક્રે વા ॥

ગુગળના ધૂપમાં જંતુનાશક અજળ શક્તિ રહેલી છે. વળી તે શરીરમાં પ્રવિષ્ટ થયેલ જંતુને નષ્ટ કરી રોગીનો રોગ દૂર કરે છે. આજકાલ ભારતવર્ષમાં શ્વાસમાર્ગના અને ક્ષયના રોગની દોડાદોડી છે, તેનું ખાસ કારણ એ જોવામાં આવે છે કે, આપણે આપણા પૂર્વજ ઋષિમુનિઓની ખતાવેલી પ્રણાલીને વિસરતા જઈએ છીએ, જેથી તેટલા પ્રમાણમાં નવા નવા રોગ શિરપર વહોરીએ છીએ. ગુગળના ધૂપથી ક્ષય આદિ સંક્રામક રોગોનો પંજો દૂર થાય છે. વળી જે સ્થળમાં એવાં સુગંધિત દ્રવ્યોના ધૂપધૂમાડ થાય છે, ત્યાં દેવતાઓનો વાસ થાય છે. વળી વાતાવરણ શુદ્ધ થઈ આનંદનું સ્થળ બને છે. જ્યાંનું વાતાવરણ શુદ્ધ અને આનંદમય ત્યાંની જીવનપણી વૃદ્ધિ પામતી જાય છે. જ્યાંનું વાતાવરણ નખળું અને મેલું દુર્ગંધયુક્ત તેની જીવનપણી આયુષ્યને વધતાં અટકાવનાર છે. વાયુ શુદ્ધ થવાથી તે દીર્ઘ જીવન બક્ષે છે. ખિમાર માણસને સવાર-સાંજ ગુગળની સુગંધિત ધૂણીનો લાભ દેવાથી તેનો રોગ ટુંક મુદતમાં દૂર થઈ તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત કરાવે છે. વિશેષે આ ધૂપ એવી રોગના જંતુઓનો જલદી નાશ કરે છે, જેથી જે સ્થળમાં એવી રોગના હુમલાઓ થતા જોવામાં આવે ત્યાં ગુગળની ધૂણી બેશક લાભકારી થશે. વળી પ્લેગ, કૉલેરા વગેરે દર્દી લાગુ થયેલા દર્દીને તપાસવા જતાં એવી રોગના હુમલાની ચિંતા રહે છે, તે ગુગળના હિમદા ધૂપથી દૂર થાય છે. તે અમોએ અનુભવી ખાત્રી કરી છે. વળી ગુગળનો ધૂપ કેટલાક રોગોમાં દવાની પેઠે ફાયદાકારક જોવામાં આવેલ છે. સળેખમ અને ખાંસીમાં ગુગળનો ધૂપ લેવાથી ફાયદો દેખાયો છે. ઇન્ડિયુએઝાના ભારે હુમલા વખતે ગુગળનો ધૂપ મુખમાં લેતાં તે રોગનું દર્દ મોળું દેખાયું હતું. ગુગળનો ધૂપ તમાકુની પેઠે પીતાં શરૂ થતા ક્ષયનો રોગ તથા શીત, દમ, ખાંસી, હેડકી, સળેખમ વગેરે દૂર થાય છે. વૈદકશાસ્ત્રમાં અનેક સ્થળે ગુગળનું ધૂપ

પાન કરવા જણાવે છે. તેમાં સીસમ, દેવદાર, ગુગળ, ચંદન, દેવચંદન આદિ સુગંધિત વસ્તુઓનો ધૂપ કીટાદિને હણે છે અને એવી રોગના દર્દીને બચાવે છે. ક્ષયમાં કેટલાક ધૂપો ઉપયોગી માલૂમ પડ્યા છે. તે ધૂપથી રોગના હુમલા શાંત થતા જોવામાં આવ્યા છે. સુગંધિત દ્રવ્યોની પેઠે તુલસી, ડમરો, ચંદન, દેવચંદન વગેરેનાં વૃક્ષો પણ વાતાવરણને સુધારનારાં માલૂમ પડ્યાં છે; માટે આર્યબંધુઓએ ધૂપના મહિમાને નહિ વિસારતાં ધૂપપ્રણાલી જે મંદ થતી ચાલી જાય છે, તેને પુનઃ સતેજ કરવાની જરૂર છે. પ્રત્યેક આર્યબંધુના ગૃહમાં ઉમદા ધૂપો થવાથી દેવોનો વાસ થઈ મનમાન્યા આશીર્વાદો મળ્યા કરશે. વળી વાતાવરણના સુધારાથી મગજમાં ઉમદા વિચારો ઉત્પન્ન થઈ રોગો દૂર થઈ સુખમાં સર્વદા વૃદ્ધિ થશે.

( ગુગળની માફકજ લોખાનનો ધૂપ ન્યુમોનિયાનો ચોક્કસ ઉપાય છે. ડૉક્ટરો ન્યુમોનિયામાં લોખાનનો ધૂપ વિલાયતી રીતે આપે છે. ‘ન્યુમોનિયાકેટલ’ માં ટીકચરમેન્ઝોઇની કંપાઝિડ નાખી તેની વરાળ નળીવાટે ન્યુમોનિયાના દરદીના નાક આગળ છોડવામાં આવે છે. આ દવા અંગ્રેજી નામની છે, પણ એમાં લોખાનજ મુખ્ય વસ્તુ છે અને તેની મીઠી સુગંધનેજ ગુણ છે. વેપાર પોતાના હાથમાં રાખવામાટે અંગ્રેજી નામે અને દારૂમાં ભેળવીને, લોખાનજ વેચાય છે. ડૉક્ટર જે લોખાનનો ધૂપ કરવા કહે તો કદાચ લોકો એમ પણ ધારે કે એ તો સાધારણ ચીજ છે, એમાં શું ? પણ મોટું નામ ખીસ્માં ખાલી કરાવે તે માનવું અને સાદી સમજણની વાત ન માનવી, એ જીવિની વિરુદ્ધની વાત છે. ઘરમાં આટલા માટેજ રોજ અગ્નિહોત્ર કરવાનું શાસ્ત્રકારોએ ફરજિયાત કરાવ્યું છે.

## ૫૪-રાઈમીઠાની મહત્તા

(લેખક:-મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી. ‘ગુજરાતી’ તા. ૨૩-૧૧-૨૪)

મીયાંભાઈઓ કહે છે કે:-“ઘરકી મુરઘી દાલ ખરાખર” તેમ ચુના જેવીજ ખીજી બણી ચીજો વધુ આદરણીય હોવા છતાં એાછી આદર-



પાત્ર થઇ છે અને તેમાંની એક “નજર ઉતારવાનાં રાધમીઠાં” પણ છે.

“નજર ઉતારવાનાં રાધમીઠાં”નું નામ વાંચીને હું નથી ધારતો કે કોઈપણ વાચક હસ્યા વગર આગળ વધે; પણ ઉપકાર માનો એ જર્મન-અંગ્રેજની મોટીમસ લડાઈનો કે મા-દીકરાની કદીમદીની તક-શરો અંધ થઈ અમારા ઘરમાં શાંતિનું સામ્રાજ્ય ફેલાયું.

નજર ઉતારવામાં રાધ અને મીઠું બે ચીજ વપરાય છે. બકી દુ-વાના અદક્ષ ગુણો તો થીયોસોફીસ્ટો જાણે કે એસોટરીક મંડળ જાણે કે મેન્ટલ ટેક્ષીપથીવાળા વિદ્યુન્માનસશાસ્ત્રીઓ જાણે; પણ મારે તો રાધમીઠાં અગ્નિમાં નાખવાના ગુણદોષ જોવા છે. લડાઈમાં આ બન્ને ચીજોની જેસ વપરાઈ છે, એ જાણીને બધાને અન્યથા લાગશે. રાધની અને મીઠાની ધૂણીનાં સીલીંડો-લોખંડના નળા ને નળા-ભરી ભરીને જર્મનોએ વાપર્યાં છે અને તે વખતે મને રઘુવંશનો પેત્રો શ્લોક યાદ આવતો-

સંમોહન નામ સર્વે મમાસ્ત્રં પ્રયોગ સંહા વિમક્તમન્ત્રમ્ ।

ગાંધર્વ માદત્સ્વ યતઃ પ્રયોક્તુર્ન ચારિહિંસા વિજયશ્ચહસ્તે ॥

શત્રુની હિંસા કર્યા વગર તેનાપર વિજય મેળવવાનું સંમોહનાશ્ચ કાળીદાસે જણાવ્યું છે, તે આ રાધમીઠાની ધૂમાડી તો નહિ હોય ?

રાધમીઠાની ધૂમાડીના નળા જર્મનોએ અંગ્રેજો વગેરે (મિત્રરાજ્યો)-પર હાલન્યા, તે કંઈ નજર ઉતારવા માટે નહિ પણ નજર બાંધવા માટે-તેમને બેહોશ કરવા માટે, અને વધુ પ્રમાણમાં જેને લાગે તેને શારીરિક નુકસાન કરવા માટેજ; પણ આપણને એના નાના પ્રમાણના ગુણોની માહિતી ધણી ઉપયોગી છે અને તે ડોક્ટરોએ ભેગી કરી રાખી છે, એટલુંજ નહિ પણ ચિકિત્સામાં એ માહિતીનો ઘણો ઉપયોગ હવે કરવામાં આવે છે.

મીઠાના પૂજારી આપણા લવણાનંદજી મહારાજ જે મીઠા પાછળ સાધુ બન્યા છે, તેઓએ પણ કદી મીઠાનો આટલો સારો ઉપયોગ બતાવ્યો નથી, કે જેટલો ઘેર ઘેર ડોસીઓ જાણે છે!! મીઠું બાળવાથી કલોરીન જેસ છૂટી પડી હવામાં મળે છે. એજ હવા શ્વાસમાં લેવાય છે. મનુષ્યમાત્રના ગળામાં સૌથી વધુ ગતના રોગના જંતુઓ હોય

છે, એ જાણીતું છે અને હવા ત્યાં થઇનેજ અંદર જાય છે. જે એમાં ક્ષોરીનનો અંશ (ધણેજ થોડો) હોય તો તે ગળામાંના રોગ જન્તુ-એને મારી નાખી આપણને તંદુરસ્ત રહેવામાં મદદ કરે છે. મીઠાની ધૂમાડી ઇન્ફલ્યુએન્સાની તો એક ઉત્તમમાં ઉત્તમ દવા છે અને મુંબઘના એક ઉત્તમોત્તમ રસાયનવિજ્ઞાનશાસ્ત્રી સ્વ. પ્રો. ડી. કે. ગજજરે “ટર-ક્ષોરાઇડ”ની મેળવણી ઇન્ફલ્યુએન્સાની રાખાણુ દવાતરીકે એક કપની-ને વેચી તેનો માત્ર નુસ્ખો આપવાના પચાસહજર રૂપિયા લીધા હતા. લગાઇદરમિયાન પણ જે સોલ્જરોને “ક્ષોરીન ગેસ” મીઠાની ધૂમાડી લાગેલી તેમને ઇન્ફલ્યુએન્સા થતોજ નહિ!! આ તકે મને પચીસેક વર્ષપરની એક વાત યાદ આવે છે, તે પણ આની પુષ્ટિમાં ઉપયોગી છે. મુંબઘમાં શ્રીગોપાળદાસ તેજપાલ લાઇસ્કૂલથી કાલકાદેવી તરફ જતાં અધવચમાં એક દવાખાતું ડૉ. જગમોહનદાસ છબીલદાસ મરથાટનું હતું. અમારા એક સંબંધીને પ્લેગ થયો ત્યારે તેમની દવા કરવા માંડેલી. તેમણે અમને એક ધૂપ ચાલુ રાખવાનું કહ્યું હતું; તેમાં હું ભૂલતો ન હોઉં તો નીચે પ્રમાણેની ચીજો હતી:-

હીરાકસી ૧ શેર, નવસાર ૨ શેર, સાધારણ મીઠું ૩ શેર, બેથું વાટી જડા કપડાપર પાથરી તવાપર મૂકી તવો સઘડીપર ચઢાવી દેવો; એટલે એમાંથી ધૂણી નીકળ્યા કરે અને હવા શુદ્ધ થયા કરે. આ ધૂપ બળી રહે પછી જે લાલાશ પડતી રાખ રહી જાય તેને પાણીસાથે મેળવી ગાંઠપર ચોપડવી.

આ પ્રમાણે કરવાથી દરદીને આરામ થયો હતો. સાથે દવા એજ ડૉક્ટરની ચાલતી, પણ આપણે આ બધામાંથી ધૂપની બાબતપર લક્ષ્ય આપવાનું છે. ધૂપમાંની ચીજો આયર્ન સલ્ફેઇટ એમોનિયમ ક્ષોરાઇડ અને સોડિયમ ક્ષોરાઇડમાં પણ આપણા પ્રસ્તુત વિષયની મુખ્ય ગેસ ક્ષોરીનજ દેખાય છે અને એનોજ ગુણ થતો હોય તેવું માનવાને કારણ મળે છે. લગાડવામાં બાકી રહેલું આમ આયર્ન ઓક્સાઇડ વગેરે મિક્ચર ગાંઠને બાળીને ફાડી નાખે-કૉટરાઇડ કરી નાખે, એ હેતુ હોવો જોઇએ એમ હું ધારું છું. ઇન્ફલ્યુએન્સા ધણી જલદી ફેલાય છે અને ડૉક્ટરો પાસે એનું કોઈ

ખાત્રીભર્યું ઓપધ નથી; પણ ત્રણ કરોડ માણસના જીવ જવા પછી લડાઈએ શીખવ્યું કે, હવામાં સહેજ કસોરીન મળ્યું હોય તો ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા નષ્ટ થાય અને દરદીના ઓરડામાં થોડું કસોરીન છોડ્યું હોય તો ચોવીસ કલાકમાં દરદી સાળે થઈ શકે. ચોપી રોગ ચાલતા હોય ત્યારે ઇસ્પતાલો, નાટકશાળા, સ્કુલો, સીનેમા, સલામુહો, ઑફિસો વગેરેની હવામાં કસોરીન છોડવું જ જોઈએ. કસોરીનની ટાંકી કે સિલિંડર મળે છે, તેમજ છૂટક રંગવાળાને ત્યાં બ્લીચીંગ પાઉડર વેચાય છે. એનું પાણી કરી છાંટવાથી કસોરીન મેળવાય છે. મીઠું દેવતાપર નાખો કે કસોરીન મળે. મુંબઈ જેવા શહેરના વૉટરવર્ક્સ અને નહાવાના પાણીના તળાવોમાં સ-ફાઈમાટે તે વપરાય છે, એથી શુદ્ધ પાણી પીવા મળી શકે. જો કે એનાથી કુદરતી પાણીના થાક ઉતારવાના અને રોગ પ્રતિબંધક ગુણો પણ હણાઈ જાય છે, પણ કસોરીનથી પાણીમાંના રોગજંતુ નષ્ટ થાય છે.

ઇ. સ. ૧૯૧૭માં ફ્રાન્સમાં ખૂબ ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા ચાલતો હતો. લશ્કરની છાવણીમાં પણ એણે ત્રાસ વર્તાવ્યો હતો. ખીજી તરફ લગભગ બધા સોલ્જરો કસોરીન ગેસથી મરણ પામ્યા હતા; પણ અહીં જે ગેસ લાગેલા સોલ્જરો બચી ગયેલા આવ્યા તેમાંના એકને ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા લાગુજ પડ્યો નહિ!! આજ પ્રમાણે ગેસ (કસોરીન) લાગેલાઓને કદી ઓકાઈટીસ (ઉધરસ) અને ન્યુમોનીઆ પણ થતો નહિ; તેમજ શ્વાસમાર્ગના કોઈ રોગ થતો નહિ. આ બધાનું કારણ તપાસતાં લડાઈ ખાતાના ડૉક્ટરોને જણાયું કે, એ તો હવામાં સહેજ કસોરીન મળેલું હોવાને લીધેજ હતું, એમાં શક નહિ.

હાલમાંજ લશ્કરમાં શરદીનો રોગ ચાલ્યો હતો અને તેમાં ઉધરસ લાગુ પડતી. ડૉક્ટરોએ આ જણાતાંજ લશ્કરની નજર-રાધમીઠાં-ઉતારવાનું નક્કી કર્યું! તેમણે એક ઓરડો તૈયાર કર્યો અને પચાસ પચાસ જણને તેમાં ખેસાડી મીઠાની ધૂમાડી-કસોરીન ગેસ-છોડવા માંડી અને બધાને શ્વાસ ચલાવવા હુકમ કર્યો. ચોવીસ કલાકમાં તો બધાંની શરદી અને ઉધરસ મટી ગયાં!! હવે તો એ સિદ્ધાંત થઈ ગયો છે કે,

ક્ષેત્રીન-મીઠાની ધૂમાડી અને ખીજી રાઈ વગેરેની ધૂણી ચેપી રોગોનાં જંતુઓને નષ્ટ કરે છે અને વધતા અટકાવે છે; માટે તેજ વાપરવી. રાઈની ધૂણી ક્ષયરોગના નાશનું કારણ થશે, એમ ખાત્રી થવા માંડી છે. ૧૯૧૭ માં ઈંગ્રીસમાં જર્મનોએ પહેલવહેલી રાઈની ધૂણી વાપરી હતી. આ ધૂણી અપાયલા સિપાઈઓમાં જેટલા ક્ષયના દરદી દર હજારે હતા તે કરતાં બહારના લશ્કરમાં ૧૯૧૮ માં દોઢા દરદી દર હજારે હતા; અને ૧૯૧૯ માં રાઈની ધૂણી ખાધેલા સોળજેરા કરતાં બહારનામાં ક્ષય બેવડો હતો, એટલે કે ક્ષયરોગ રાઈની ધૂણી લીધેલાને થતો નહિ અને હોય તો ઘટતો જતો હતો.

હાઝાઈની છેવટ મિત્રરાજ્યોના રણસંગ્રામપરના લશ્કરીઓમાં ક્ષય વધતો જવો જોઈતો હતો; કેમકે ખાવા-પીવા અને સૂવાની કાયમ હાડ-મારી હતી અને હવા લાગતી, છતાં ક્ષય ઘટ્યો !

પાછળથી પ્રયોગો કરતાં જણાયું હતું કે રાઈની ધૂણીના એક ટકાના ઇન્જેક્શનથી ક્ષય થતો અટકે છે, તેમજ વધતો પણ અટકે છે.

હાઝાઈની ખીજી લેવીસાઈટ વગેરે ગેસો અને તેના ફાયદાથી આપણને અહીં કશું લાગતું-વળગતું નથી, તેથી તેનું વર્ણન અહીં નકામું છે; પણ આટલાજ વર્ણનપરથી ડોશીમાનાં રાઈમીઠાં ઉતારી ખાળવાના બહેમનું મૂળ સમજી શકાશે.

અમેરિકામાં વૉશિંગ્ટનના નેશનલ કેપીટોલમાં સીનેટર્સની શરદી મટાડવા માટે કેમીકલ વેલ્ફેર સર્વિસની દેખરેખ નીચે એક ઓરડો ક્ષેત્રીન આપવા માટે રાખ્યો છે. અહીં શરદી લાગેલા સીનેટરોને એક કલાકસુધી ક્ષેત્રીનવાળી હવામાં બેસાડવામાં આવે છે અને તેટલામાં તેઓ સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત થઈ જાય છે; પણ કવચિત્ત ખખ્ખે દિવસને અંતરે ત્રણ વાર ક્ષેત્રીન ગેસ લેવી પડે છે, જેથી ઉધરસ અને શરદી બંને મટી જાય છે. હાઝાઈ ન થઈ હોત તો શ્વાસનળીના આ બધા રોગોમાટે રાઈમીઠાની ધૂણી ( ક્ષેત્રીન એન્ડ મસ્ટર્ડ ગેસીસ ) એટલી ઉપયોગી છે, એ કેમ જણાવ ?

શરદી, ન્યુમેનીઆ, ડીફ્થેરીઆ (ગળસુણી), ઉધરસ આદિનાં જંતુ-  
ઓ જીલ્લેટીનપર ઉછેરીને તેઓને સહેજ કક્ષોરીન મેળવેલી હવામાં રાખ-  
વામાં આવ્યાં હતાં અને નાનાં જંતુઓને જરાએ હરકત ન કરે એટલા  
પ્રમાણમાં કક્ષોરીન ગેસ મેળવેલી હવામાં એક કલાક રાખવાથી એ  
બધાં જંતુઓ સદંતર નષ્ટ થયાં હતાં.

કેમીકલ વેલ્ફેર સોસાયટીએ લડાઇ ખાતાના ડૉક્ટરો સાથે મળીને  
ગેસોના સાધારણ રોગોમાં લાલ લેવામાટેના પ્રયોગો શરૂ કર્યા. એક  
એર-ટાઇટ એરડો બાંધી તેમાં ગેસોદ્ધારા પાંચથી છ માણસોનો ઇલાજ  
કરવાનું ચાલુ કર્યું. શરદી, સળેખમ, નાકમાંનો સોજો, ઉધરસ, ઘોડા-  
ઉધરસ અને ઇન્ફલ્યુએન્ઝા વગેરેના દરદીઓને એથી આરામ થવા માંડ્યો.

ઘણાખરા દરદીઓને એક વાર ગેસ આપવાથીજ ફાયદો થઈ  
જતો, કેટલાએકને એકથી વધારે વાર પણ “ધુણાવવા” પડતા; પણ  
સેંકડે પંચાણ્ડ, ખાસ કરી શરદીના તો સોએ સો દરદી સુધરીજ જતા.  
કોઈકજ એવા હકીકા નીકળતા, જે ગેસથી સુધરતા જણાતા નહોતા.

પણ એ અગવડ પણ અનુભવાઈ છે કે, એરડા બાંધવાનું કંઈ  
બધે પરવડે નહિ. બીજી કોઈ રીત જોઈએ, તેથી કેમીકલ વેલ્ફેર  
સર્વિસે નાનુંસરખું યંત્ર બનાવ્યું છે; જે ડૉક્ટર પોતાના દરદીમાટે ગમે  
ત્યાં પણ વાપરી શકે. આ યંત્રમાંથી મરજી માફક હવા અને ગેસની  
મેળવણી છોડાય છે અને હવે વૉશિંગ્ટનના કેપીટોલમાં સીનેટરો માટે  
એ યંત્રજ વપરાય છે. કક્ષોરીનની ટચુગમાંથી મીઠાના પાણીમાં થઇને  
કક્ષોરીન ગેસ થોડે થોડે વખતે હવામાં છૂટવા કરે છે અને દરદી  
શ્વાસ લીધા કરે છે. દર વખતે ૩૦ ક્યુબીક સેન્ટીમીટર કક્ષોરીન ગેસ  
છૂટે છે. માણસના શ્વાસમાં એક લાખ લાગ હવામાં એક લાખ  
કક્ષોરીન મળીને જતી હોય ત્યાંસુધી જરાએ અડચણ આવતી નથી.  
આથી વધારે થતાં શ્વાસનળીમાં ખત્રાઈ જવા જેવું-વવળવા જેવું-  
થાય છે. કક્ષોરીનની જે ટચુઓ બનાવવામાં આવી છે, તેમાંથી સાત  
વખતમાં થઇને દશ ફીટ લાંબા, દશ ફીટ પહોળા અને દશ ફીટ

ઉડા ઓરડામાં ( દર એક લાખ લાગે એક લાગ કસોરીન ગેસને હિસાબે ) ગેસ પૂરતી થઈ પડે છે. શ્વાસનળીના આખા વિસ્તારપર જે બીનાશ હોય છે, તેમાંજ રોગના જંતુઓ રહે અને ઉછરે છે; અને આ ગેસવાળી હવામાં એ ગુણુ છે કે, તે એ બધે ઠેકાણે લાગીને બધા પ્રકારના રોગનાં જંતુઓનો નાશ કરે છે. થોડા દહાડામાં એ નવી પદ્ધતિ અહીં પણ પગપેસારો કરશે અને આજ ડૉક્ટરોને જેમ ઇંગ્લેન્ડનાના નામે તડાકો પડે છે અને જરૂર કે ખીનજરૂર જેમ ઇંગ્લેન્ડના દરેક દરદીને ખતાવી દેવામાં આવે છે અને હવે દવાના આઠ આના કે બાર આના માઠા લાગે છે અને ઇંગ્લેન્ડનાના પાંચ દશ કે પચાસ-સાઠ વહાલા લાગે છે, તેમ ગેસીંગનો નવો બજાર ખુલશે ! કાંઈ રાઈમીઠાં ઉતારવાનું નહિ કહે, પણ ગેસ લેવાનુંજ કહેશે અને શ્વેત કે રાહુની ઉતરીને ડૉક્ટરોને શુક્રની દશા ખેસશે !!

ગેસની વાત ચાલતાં લેવીસાઇટ ગેસપર પણ વિચાર કરવો અસ્થાને નહિ ગણાય. “ આર્સેનીક ” ( સોમલ ) અને “ એસીટીલીન ” ( કેલ્સ્યમ કારબાઇડની ગેસ ) બન્નેના મિશ્રણથી લેવીસાઇટ બને છે; અને મનુષ્યની ચામડીપર માત્ર લાગે એટલામાં જીવ લે, એટલા માટે લડાઈમાં તે વપરાતી હતી. એક લશ્કરી ડૉક્ટરે એનાથી ગાંડાઓને સાળ કરવાનું શોધ્યું અને અનેક દરદીઓ મુઘાર્યા છે.

## પપ-કથકડાની વસ્તુઓ વાપરવામાં પાપ છે.

કથકડામાટે બિચારા લાખો કાચબાને કેવું ત્રાસદાયક દુઃખ દેવામાં આવે છે, તેનું વર્ણન નીચે પ્રમાણે છે:-

“ રાત્રે માછીમારો કિનારા ઉપર જેમ બને તેમ છુપાઈ રહે છે અને જ્યારે કાચબાઓ પાણીની બહાર નીકળીને જમીન ઉપર આવે છે, ત્યારે તે માછીમારો દોડી જઈને લોહના આંકડાવતી તેમને ચત્તા કરી નાખે છે અને સવારસુધી એજ સ્થિતિમાં રાખે છે. પછી સવાર પડતાં તેમને કુદરતી સ્થિતિમાં ઉઠા પાડે છે અને ખીસીઓ સાથે તેમને

મજબૂત બાંધે છે. પછી તેમની પીઠપર સૂકાં પાંદડાં કે ધાસ પાથરીને સળગાવે છે. ઢાલ (કાચબાની પીઠ) સાંધાઓથી છૂટી પડે પણ તે બગડે નહિ એટલી આગ લગાડવામાં આવે છે. પછી ઢાલ નીચે એક છરી ધાલીને આસ્તે આસ્તે કાચબાની પીઠ કાપી નૂદી પાડવામાં આવે છે. કોઈ પણ માણસ સહેજે સમજી શકશે કે, એ ક્રિયા ધણીજ ધાતકી છે અને ધણા કાચબાઓ તેથી મરી જાય છે; પરંતુ ધણાખરા તેથી મરતા નથી અને વખત જતાં માણસની આંગળી ઉપરથી ઉખડેલો નખ પાછો ઉગે તેમ તે કાચબાઓને પણ નવી ઢાલ ઉગે છે. ”

ઉપર પ્રમાણે જ્યાંસુધી બિચારા કાચબાઓ જીવતા રહે અને તેમને ફરી ફરીને ઢાલ આવે, ત્યાંસુધી ફરી ફરીને તેમને પકડીને બચકર દુઃખ દેવામાં આવે છે; માટે દરેક દયાળુ સ્ત્રી-પુરુષની ફરજ છે કે, એવી ફર રીતે મેળવલી કાચબાની ઢાલ એટલે કચકડાના કરડા, વિંટી, ખટન, ધડીઆળની સાંકળી, કાંસકી વગેરે વસ્તુઓ વાપરવી જોઈએ નહિ.

## ૫૬—લાકડાં બાળવાથી થતા ફાયદા

( લેખક:—મોહનલાલ માણેકલાલ ઝવેરી. ‘ગુજરાતી’ તા. ૨૩-૧૧-૨૪ )

ઘરમાં લાકડાં બાળવા બાબતના ગુજરાતીમાંના મારા ચર્ચાપત્રનો કોઈએ રસાયનશાસ્ત્રાધારે જવાબ આપવા તરફી લીધી નથી. મેં વધારે તપાસ કરતાં મને તો એમાં ફાયદાજ જણાતા જાય છે, તેથી એ બાબત વિશેષ લખું છું. લાકડાના યુવાના ગુણોનો સમાવેશ કેટલેક અંશે ધુપેલવાળા લેખમાં થઈ ચૂક્યો છે. લાકડાં બાળવાથી અને ધુપેલ વાપરવાથી તેમજ હવન કરવાથી થોડા થોડા ફેરફાર સાથે સરખાજ ફાયદા છે; એટલે કે મુદ્દો મુખ્યત્વે “ક્રિયોસોટ” યુવાનોજ જણાય છે. ઔષધિફેરથી અને પ્રક્રિયાફેરથી નૂદા નૂદા ગુણો થાય. જેમકે ધુપેલમાં બ્રહ્મી વધારે હોય તો અપરમારોદિ જ્ઞાનતંતુના રોગોને ફાયદો કરે અને બાવચી હોય તો કુષ્ઠાદિ ત્વગ્રોગો-ત્વચા-ચામડીના રોગોને ફાયદો કરે. હવનનું પણ તેમજ સમજવું.

લાકડાં બાળનારના ધરમાં બાંધકામમાં વાપરેલાં લાકડાંને ઉધઈ લાગતી નથી, તેમજ બામ્બુ-વાંસ જે બહુજ નજલી સડી જાય તે પણ પચાસ વર્ષસુધી સડી જતા નથી, એ એક અમેરિકન ઇંજીનિયર જીમનટારીઝ અગાઉ જણાવી ચૂક્યો છે. લાકડાંનો ધૂમાડો દાદ-પર લાગવાથી તે દુઃખતી મટે છે અને લાકડાના ચુવાથી દાંત હાલતા મરી, પાયરિયા જેવાં દરદો સારાં થાય છે, એમ અનુભવી વૈદ્યથી સાંભળ્યું છે. લાકડાંનો ચુવો રેલ્વે સ્લીપર પર લગાડવાથી મચ્છરો તેનાથી દૂર ભાગે છે; અને તે પરથી કેટલાક ડોક્ટરોએ નમુનાતરીકે પચીસ ધરને લાકડાંનો ચુવો ( ક્રિયોસોટ ) લગાડીને અનુભવ લીધો તો જણાયું કે, મેલેરીઆના કે કોષ્ટ પણ મચ્છરો એ ધરની સામે નજરસરખી કરતા નહોતા ! લાકડાના ચુવાને (લુડક્રિયોસોટ) કડછી કે વાડકીમાં નાખી સઘડીપર મૂકીને ધૂમાડી ઓરડામાં ભરાવા દેવાથી અને ધુણી લેવાથી અસ્થમા-દમને ધણો ફાયદો કરે છે, ઘોડાઉંવરસ-(વ્હુપીંગ કફ)ને મટાડે છે અને સળેખમને ધણો ફાયદો કરે છે. ‘મ્યુક્સ મેમ્બ્રેન્સ’ એટલે કે શરીરની અંદરના અસ્તરને એથી ધણો લાભ છે; અને ‘બીચવુડ’ નો ચુવો (બીચવુડ ક્રિયોસોટ) તો ડોક્ટરો આજ પણ ક્ષય માટે ખૂબ વાપરે છે. લાકડકામને તેલનો રંગ લગાડવાથી તે અંદરનું અંદર ઉલટું કાઢી જવા સંભવ છે, એ બાબત દાખલાદલીલ સાથે-ચિત્રો સાથે સાયન્ટિસ્ટો-વૈજ્ઞાનિકોએ સમજાવી છે; પણ ક્રિયોસોટથી સોએ સો ટકા રક્ષણ થાય છે, એ તો કોષ્ટ પણ રેલ્વેની સ્લીપર બાબત તપાસ કરતાં જણાશે. રેલ્વેવાળા ક્રિયોસોટો સ્લીપર્સજ વાપરે છે અને તેથી વરસાદના પાણીમાં પડી રહેવા છતાં ને જમીનમાં રહેવા છતાં તે સડતી નથી કે તેને ઉધઈ લાગતી નથી.

અહીં ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે, ક્રિયોસોટ-ચુવો બે જાતનો આવે છે. લાકડાંનો અને કોલસાનો. આપણને લાકડાનાજ ચુવાની સાથે મતલબ છે. ‘મર્કસ મેન્યુઅલ ઓફ મેટીરીઆ મેડીકા’માં ત્રીસમે પાને લખ્યું છે કે, વિલાયતી કોલસા બાળવાથી જે ધૂમાડો નીકળે અને



તેમાં જે યુવો ઉડે તે ઝેરી છે, તેથી એ કાલસા ધરમાં બાળવા જેવા ગણાય નહિ. લાકડાંનું તેમ નથી; અને મારે માત્ર લાકડાનાજ યુવા સાથે સંબંધ છે. લાકડાના યુવાના ગુણની એક ચમત્કારિક વાત “ઓટોપ્રેટ એટ ધી બ્રેકફાસ્ટ ટેબલ” નામના પુસ્તકમાં તેના કર્તા હાર્વર્ડ મેડીકલ કૉલેજના પ્રોફેસરે લખી છે. તે કહે છે કે, એક સ્વયંભૂ ડૉક્ટરે એક વખત એક અમૃત શોધી કાઢ્યું. જૂદી જૂદી વનસ્પતિઓ દવાતરીકે વાપરવી તે કરતાં બધી જાતની વનસ્પતિઓના યુવાનું પાણીજ વાપરવું, એટલે બધી દવાનો અર્ક આવ્યો અને બધા રોગ તેનાથી મટી જાય છે! એવો તેણે નવો સિદ્ધાંત કાઢ્યો! અને તે ખરેખર ગુણકારી નિવડ્યો. લાકડાના યુવાનું નવ્વાણું લાગ પાણીમાં એક લાગનું મિશ્રણ કરીને તે તેણે બધાને ઠોકવા માંડ્યું!! તે એટલે સુધી કે ક્ષયવાળાને પીવામાં અને છાતીએ ચોળવામાં પણ એજ અને ખરેખર કે દાદરપર લગાડવા પણ એજ અને તેનાથી બધાને ફાયદો થવા માંડ્યો. મોટા મોટા રાજ-રજવાડા પણ તેને બોલાવવા માંડ્યા. પછી ડૉક્ટરોએ તેને પૂછ્યું તો જણાવ્યું કે, એ તો ક્રિયોસોટનું પાણી હતું. આના ગુણ આટલા બધા હશે એમ પૂર્વે ડૉક્ટરો નહોતા જાણતા.\*

ક્રિયોસોટ, ગ્રાયાકોલ (ક્ષયની દવામાં ગુલાબ જેવી વાસનો વપરાતો પાકીર) અને ક્રિસોલનું બનેલું છે અને લાકડાના યુવામાંથી નીકળે છે. કાર્બોનિક એસીડથી ક્રિયોસોટ દરેક પ્રકારે સારું છે.

આ બધું લાકડાં બાળવાની અને લાકડાં ન બાળો તો હવન કરવાની પુષ્ટિ કરનાર છે. હવનના બીજા ધણા ધણા ફાયદાઓ છે, પણ સમિધ અને લાકડાં બળે તેટલોજ ગુણ ગણીએ તોએ ધણું છે. વર્ષો-સુધી આ લેખકે રોજ જે હવનમંત્રો જપ્યા છે, તેનો અર્થ હવે સમજાય છે, ત્યારે આદરભાવ આવે છે અને આનંદ થાય છે. એ મંત્રો આ પ્રમાણે:—

**ઉદ્બુધ્યસ્વામે પ્રતિજાગૃહિ ત્વમિષ્ટાપૂર્તે સઃસૃજેથા મયં ચ ।**

\* આ પછી એ નાના પેરા અંગ્રેજી લિપિમાં હોઈ તે ભાષાના વાચક-માટેજ કામના હતા, એટલે તે અહીં લીધા નથી. સંપાદક

અસ્મિન્સધસ્થે અધ્યુત્તરસ્મિન્વિશ્વેદેવા યજમાનશ્ચ સીદત । અને  
અયં ત હધ્મ આત્મા જાતવેદસ્તેનેધ્યસ્વ વર્ધસ્વ ચેદ્ધ વર્ધય ।

આસ્માન્પ્રજયા પશુભિર્બ્રહ્મવર્ચસેનાન્નાદ્યેન સમેધય સ્વાહા ॥

આમાં જાતવેદ અગ્નિને પ્રાર્થાને કહ્યું છે કે, તું વધ અને અમને  
વધાર-પશુ, બ્રહ્મવર્ચસ્, અન્ન વગેરેથી. વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિથી હવનતું ગુણ-  
વર્ણન ‘આર્યજીવન’માં શ્રી. રામશરણદાસ સકસેના એમ. એસ. સી.  
એ કયું હતું. તેમાં બીજા પણ મંત્રો આપીને અગ્નિથી સો વર્ષના  
આયુષ્યની પણ માગણી બતાવી હતી. હવનમાં મુખ્યત્વે ઘી, ઔષધિ-  
ઓ, અન્ન અને સુગંધી પદાર્થો તથા સાકર વપરાય છે. તેના ગુણ  
બાબત તેમના લેખમાંથી નીચેનાં ટાંચણો લીધાં છે:-

“મદ્રાસના સેનેટરી કમિશ્નર કર્નલ ક્રોંગ આઈ. એમ. એસ. એ ૨૫  
મી માર્ચ સને ૧૮૯૮ એ ગ્રેજ્યુએટ વિદ્યાર્થીઓને ઘી, કેસર તથા  
ચોખા મેળવીને બાળવાનો ઉપદેશ કર્યો હતો... પ્લેગ વગેરેના જીવા-  
ણુઓ આ ચીજો બાળવાથી ઉત્પન્ન થતી જેસોની હસ્તીમાં નષ્ટ થાય  
છે. હૈનકિને પોતાની “બ્યૂબોનિક પ્લેગ” નામની ચોપડીમાં એ  
વ્યાખ્યાનતું વર્ણન કર્યું છે. ફ્રાંસના ડૉ. હાફ્ફીનની પણ સંમતિ  
છે કે, ઘીને બાળવાથી જે ધૂમાડી ઉત્પન્ન થાય છે, તે હાનિકારક જી-  
વાણુઓનો નાશ કરે છે. ડૉ. ટ્રિલવર્ટ બળતી સાકર ઉપર પરીક્ષા  
કરીને બતાવ્યું કે, સાકરને બાળવાથી જે બાષ્પ ઉત્પન્ન થાય છે,  
તેમાં ફેર્મેટીફાઈડનું વધારે પ્રમાણ હોય છે. તેનાથી ક્ષયરોગ,  
શીળી, ફાલેરા વગેરેના જીવાણુ નષ્ટ થાય છે. હવનદ્રવ્યમાં જે એરો-  
મેટીક્સ-સુગંધી દ્રવ્ય આવે છે, તેમાંનાં વોલટાઈલ ઓઈલ્સ-ગરમીથી  
વરાળરૂપ થઈ જનારાં તેલો જળરાં જંતુનાશક (જર્મીસાઈડસ) છે.”  
શ્રી. સકસેના માને છે કે, હવનથી ઉત્પન્ન થતી ધૂમાડીમાં એઈડીહા-  
ઈડસ, શીનેલ્સ, ક્રિયોસોટસ, ટર્પેન્સ અને સાઇકલિક કોમ્પાઉન્ડસ  
હોય છે. આ બધું એમણે પ્રયોગોથી સિદ્ધ કર્યું છે અને એ પ્રયોગો  
વાંચવા જેવા હોવા છતાં વિસ્તારભર્યા અહીં ઉતારી લીધા નથી.

એક પ્રયોગ એમણે એ પણ કયો હતો કે, હવનની ધૂમાડી નળીવાટે પાણીમાં દાખલ કરીને તે પાણીથી એક હૃસ્પિટલમાં જખમે ધોવડાવ્યા અને તે પ્રયોગમાં એમ જણાયું કે, એ પાણી સારા એન્ડ્રી-સેપ્ટિક લોશનની ગરજ સારતું હતું.

આ ઉપરથી એમ જણાય છે કે, પૂર્વજો સ્વતંત્રતાના વધુ ઉપાસક હતા. ખાવા-પીવામાં, હુન્નર-ઉદ્યોગમાં તેમજ સ્વાસ્થ્યમાં પણ તેઓ મ્યુનિસિપાલિટીને ભરોસે રહેતા નહિ. ગ્રામ્ય ઉદ્યોગોની માફકજ જન-સુખાકારીનું પણ સ્વાતંત્ર્ય રાખ્યું હતું અને તેમાં પહેલી સહીસલામતીનો નિયમ રાખેલો જણાય છે.

લાકડાં બાળવાં કે નહિ તેનો નિર્ણય આટલાપરથીજ થઇ જશે. જેમને લાકડાં બાળવાં પસંદ ન હોય તેમણે હવન તો જરૂર કરવોજ જોઇએ. મુંબઇગરાઓએ તો જરૂર ડોક્ટરના પંજામાંથી છૂટવા સાફ દરરોજ હવન કરવો જોઇએ.

यज्ञशिष्टाशिनः संतो मुच्यन्ते सर्वकिल्बिषैः ।

मुंजते ते त्वघं पापा ये पचन्त्यात्मकारणात् ॥

## ૫૭-ગૌત્યર કે ગૌત્યરણુ

(લેખક:-ડૉ. મોતીરામ હરિશંકર ભટ્ટ 'ગુજરાતી' તા. ૨૩-૧૧-૨૪)

ઢોરને ચરવાની સાર્વજનિક પડતર જમીન

દિલ્હીની વાત એ છે કે, આજકાલ દિવસે દિવસે ગૌત્યરણુ ખડુ ઓછાં થતાં જાય છે. સરકાર આવક વધારવાના હેતુથી પડતર જમીન હરાજ કરે છે અને દાર્ઘ્યદષ્ટિથી નહિ વિચારનારા ખેડુતો હિત્સાહથી તેને ખરીદે છે. આથી સરકારને જાથુનો ને જમીન રાખનારને તાત્કાલિક લાભ થતો હશે, પણ પરિણામે અનેકને નુકસાન થાય છે.

પૂર્વે રાજ્યસત્તાનો એ ધર્મ ગણાતો હતો કે, જે ગામમાં જેટલાં ઢોર હોય, તેટલાં ઢોરને આખું વર્ષ ચાલે એટલી જમીન ગૌત્યરણુમાટે અલગ રાખવી. ગાયો અને બેસો આખો દિવસ સ્વતંત્ર રીતે ખુલ્લી જગ્યામાં

ચરવાથી હજુપુજી રહેતી, પુષ્કળ દૂધ અને ખચ્યાં આપતી, ગરીબ લોકો પણુ દૂધ, છાશ ને ઘીનો ઉપયોગ કરી શકતાં અને કલ્લોલ કરતાં.

પૂર્વે એક ગાય ઘેર રાખવાનું માસિક ખર્ચ માત્ર એકાદ રૂપિયે થતું. “એકનો ગોવાળ ને સોનો ગોવાળ” એ કહેવત પ્રમાણે માસિક બે આનામાં ગામનો ગોવાળીઓ એક ગાયને આખો મહિનો ચરાવતો. હિંદુ રિવાજ પ્રમાણે ભોજન વખતે જે ગવાનક કાઢવામાં આવતું, તેથી ગાયને પુષ્ટિકારક ખોરાક મળી રહેતો. આવી સરળત હોવાને લીધે દરેક બિનખેડુત ગૃહસ્થને ઘેર પણુ એકેક ગાયનું પોષણ થતું અને વાછરડાં થતાં તે જીજ કિંમતે ખેડુતોને મળતાં, જેથી અત્યારે બળદની જે તાણુ ખેડુતોને પડે છે તે પડતી નહોતી. દૂધની એટલી છત હતી કે, “દૂધ વેચવું ને દીકરો વેચવો” એ કહેવત પ્રમાણે વેચાતું દૂધ આપવામાં લોકો પાપ સમજતા. દરેકને ઘેર ગાય હોવાથી હાલની માફક ઠામઠામ દૂધની દુકાનોની જરૂર નહોતી. ગાય નહિ પાળી શકે તેને જોઈતું દૂધ વિનામૂલ્યે મળી રહેતું.

અત્યારે ચોખ્ખું દૂધ મેળવવું હોય તો ઘેર ગાય કે બેંસ પાળવી જોઈએ અને એવું એક જનવર પાલવવાનો ખર્ચ હાલની ઘાસચારાની મોંઘવારીમાં માસિક દશબાર રૂપિયા થતો હોવાથી ખેડુતવર્ગ સિવાય બીજા માણસને ઘેર ઢેર પાળવાનું પરવડતું નથી.

દેશની આબાદાનીનો આધાર તેમાં વસતાં સ્ત્રી-પુરુષોની તંદુરસ્ત ઉપર રહે છે. એ તંદુરસ્તીનો મુખ્ય આધાર સમાજને ચોખ્ખા અને પૂરતા પ્રમાણમાં મળતાં ઘી, દૂધ વગેરેપર હોય છે. ઘી, દૂધ વગેરે પુષ્કળ મળે એ માટે દૂધાળાં ઢેરની સંખ્યા વધવી જોઈએ. એ સંખ્યા ત્યારેજ વધે કે જ્યારે દરેક ખેડુત યા બિનખેડુત ઓછામાં ઓછી એક ગાય-બેંસનું પોતાને ઘેર પાલન કરી શકે અને એવી સ્થિતિ ઉત્પન્ન કરવા દેશમાં ગૌચરણુ પુષ્કળ પ્રમાણમાં હોવાં જોઈએ.

કેટલાક એવો સવાલ ઉઠાવે છે કે, ગૌચરણુમાટે પડતર જમીન રાખવાની કાંઈ જરૂર નથી; કારણુ એવી પડતર જમીનમાં તો માન

ધાસજ ઉગે, જ્યારે એ જમીન ખેડાવી તેમાં જીવાર, ખાજરી વગેરેનું વાવેતર કરવામાં આવે તો ઢોરને માટે ધાસચારો ને માણસમાટે અનાજ બેઉ એકીવખતે પેદા કરી શકાય. ઉપલક દૃષ્ટિથી જોતાં આ દલીલ વ્યાજબી લાગશે, પણ ગામડાંમાં ફરી જેઓ ખેડુત ને ઢોરની હાલતી ને ભૂતકાળની સ્થિતિનો મુકાબલો કરી જુએ છે, તેને આવી દલીલ પોકળ જણાયાવિના નહિ રહે. મેં એવા ખેડુતો જોયા છે, કે જેઓ કપાસના મોંઘા ભાવ લઇ પૈસાદાર થવાના લોભમાં બધી જમીનમાં કપાસનું વાવેતર કરી ઢોરનું ગુજરાન પરદેશી ધાસની બરફી ઉપર ચલાવે છે!!! બીજી રીતે વિચાર કરીએ તો ગૌચરની તંગાશને લીધે ઢોર પાળવાનો ખર્ચ વધારે આવતો હોવાથી ખેડુતસિવાય બીજા લોકો ઢોર પાળી શકતા નથી, જેથી ખેડુતવર્ગ ઉપર સમાજને અનવચ્છ પૂરું પાડવાના બોજ ઉપરાંત જનસમાજને ઘી-દૂધ પૂરું પાડવાનો પણ બોજો રહે છે. ગૌચરણ વધારે હોય, ને ધાસચારો સસ્તો હોય તો બિનખેડુત પોતાને જોઇતાં ઘી-દૂધનો ખંદોબસ્ત ઘેર દૂઝણું ઢોર રાખી ઓછા ખર્ચે કરી લેવા લલચાય, વાછરડાં થાય તે ખેડુતોને જીજ કિંમતે મળે અને પરિણામે ખેડુતને સસ્તા બળદો પૂરા પાડવાના સાધનરૂપ બને.

જે જમાનામાં ગૌચરણમાટે એકંદર જમીનનો ચોક્કસ લાગ રાજઓ ફરજિયાત રીતે અલગ કાઢી આપતા, ઋષિમુનિઓ આવા ગૌચરણ ઉપર હજારો ગાયોનું પોષણ કરતા, એ ગાયોના દૂધથી હજારો ખાળકો જંગલમાં પોષાઈ, હુષ્ટપુષ્ટ બની બ્રહ્મચર્ય પાળી વિદ્યાભ્યાસ કરતા તે વિદ્યાર્થીઓ સાથે, આજના જમાનામાં ચ્હાની સાથે જેને માત્ર એક બે તોલા દૂધ (અને તે પણ બેજસેજવાળું) આખા દિવસમાં મળતું હોય તેવા સત્ત્વહીન, ઉંડી આંખ, ઘોળા વાળ ને ખેસી ગયેલા ગાલવાળા વિદ્યાર્થીઓને સરખાવો! મનમાન્યું ધાસ આખો દિવસ જંગલમાં સ્વતંત્ર રીતે ચરતા ઢોરની તંદુરસ્તી સાથે ઘેર બાંધી મૂકેલા ઢોરની તંદુરસ્તી સરખાવો! જે જમાનામાં ધાસનો ભાવ એક રૂપીઆનું આઠ મણુનો હતો અને ગાય, બળદ કે ભેંસની કિંમત

૩. ૨૦ થી ૫૦ હતી, તે જમાના સાથે હાલનો જમાનો કે જેમાં એક રૂપીએ મળુ ધાસ મળે છે, છાશને વારે દુધકાળ પડે છે અને એક દોરની કિંમત રૂ. ૧૦૦ થી ૪૦૦ સુધી થાય છે તે સરખાવો; એટલે ગૌચરની ખરી જરૂરિયાત આપના ધ્યાનમાં સહજ આવશે.

દરેક ગામના આગેવાનોને મારી પ્રાર્થના છે કે, પોતાની વસ્તીના પ્રમાણમાં જેટલાં દૂધાળાં જનવરનું પોષણ થાય તેટલી ગૌચરની જમીન અલગ રાખવી. અત્યારે ભાગ્યેજ એવું કોઈ ગામ હોય છે, કે તે ગામને પેટે તેજ ગામના દોરનું પોષણ થાય એટલું ગૌચર હોય. કેટલાંક ગામમાં તો નબળામાં નબળી જમીનજ ગૌચર માટે રાખેલી હોય છે. સરકારની સહાય ન મળે તો તો ગામના મોટા ખેડુતોની ઉત્તરક્રિયાનિમિત્તે જે દાન કરવામાં આવે છે, તેમાં ગૌચરને માટે અમુક જમીન મળે એવી યોજના કરવી. ગૌચરની જમીન કોઈએ ખેડવા રાખવી નહિ. આવી જમીન ખેડવામાં આપણા પૂર્વજો પાપ સમજતા. જે ગૌમાતા ખેતીને માટે બળદ પૂરા પાડે છે, તેને સ્વતંત્ર ચરવામાટે કાળજી ન રાખવી, એ આપણા કલ્પવૃક્ષનાં મૂળ છેદવા બરાબર છે, એમ સમજી ગૌચરણમાં જરૂર જેટલો વધારો કરવા બનતા પ્રયાસ કરવા. ગૌચરણની જમીન જેમ જેમ વધતી જાય, તેમ તેમ દરેક ગૃહસ્થે પોતાને ઘેર એકેક ગાય પાળવી. ગાયને પાળીએ ને તેને વાછરડાં આવે તો તે વાછરડાં એટલે કે ગાયના જણ્યાને બળદ કરવામાં પાપ છે, એવું સમજી ગાયને પાળવામાં વાંધો બતાવનારા હિંદુઓ પણ મારા જેવામાં આવ્યા છે ! ધર્મનો આ કેવો વિપરીતાર્થ !! આવા અજ્ઞાનને લીધેજ જ્યાં હજારો બળદ દર વર્ષે બીજા દેશોને માટે ફાળવે પાડી શકાતા, તે ગુજરાતમાં અત્યારે દર વર્ષે હજારોની સંખ્યામાં સિંધ ને માળવા તરફથી બળદો આવે છે અને હજી પણ આપણે નહિ ચેતીએ, તો જેવી રીતે દર વર્ષે હજારો ઘોડા પરદેશથી મંગાવવા પડે છે, તેવી રીતે એક એવો પણ વખત આવશે કે આપણી ખેતીનો આધાર પરદેશથી આવતા બળદ ઉપર

રહેશે. જનવરની ઓલાદ સુધારવા માટે થોડાં વર્ષપર દક્ષિણ અમે-રિકામાં આગ્રીવમાટે આપણા દેશમાંથી હજારો ઉત્તમ જાતના સાંઠ ને ગાયો લઈ જવામાં આવ્યાં; જ્યારે આપણું આ જાળતમાં લક્ષ્ય નહિ હોવાથી ઢોરની સારામાં સારી ઓલાદ દેશમાંથી નાજૂદ થવા માંડી છે. પ્રભુ આપણને કર્તવ્યબુદ્ધિ આપો.

## ૫૮-લાખો જુવાન સ્ત્રીઓનાં ખૂન

(લેખક:-લાલશંકર લક્ષ્મીદાસ; ‘ગુજરાતી’ તા. ૨૧-૨-૨૬)

સાહેબ ! છોકરીઓને સોળ વર્ષની ઉંમરે પરણાવવા સંજ્ઞાંધી હિંદુ મહાસભાએ ઠરાવ પસાર કર્યો છે, તેના ટેકામાં નીચેની હકીકત લખવાની રજા લઉં છું.

નાની ઉંમરની સ્ત્રી સાથે સંજ્ઞાંધ કરવાના રિવાજને પરિણામે આ દેશ-માં પંદર વર્ષથી વધારે ઉંમરની છોકરીઓનું મરણપ્રમાણ ધણું વધી જાય છે, એવી ફરિયાદ તા. ૧-૪-૨૫ના ‘ન્યૂ ઇન્ડિયા’માં પ્રસિદ્ધ થઈ હતી.

નાની ઉંમરે સાસરે મોકલેલી સંજ્ઞાંધ જુવાન છોકરીઓ ક્ષય વગેરે નબળાઇનાં દરદાથી પીડાઇને આશરે વીસ વર્ષની ઉંમરે અને ઘણા કેસોમાં તો તેથી પણ ઓછી ઉંમરે ભરજુવાનીમાં મરી ગયેલી હું પોતે જાણું છું.

આ લોક-પરલોકમાં સુખી થવા ઇચ્છતા વિચારવંત પુરુષોએ પોતાની નાની ઉંમરની સ્ત્રીઓની તંદુરસ્તીનો હમેશાં વિચાર કરવો ધટે છે. તેણીના આશીર્વાદો લેવાને હમેશાં આતુર રહેવાથી તથા તેણીના શાપથી ડરવાથી પરમેશ્વર તેવા પુરુષો ઉપર પ્રસન્ન રહે છે.

નાની ઉંમરે છોકરીને સાસરે મોકલવાના રિવાજને પરિણામે આ દેશમાં છેલ્લાં આશરે ત્રીસ વર્ષમાં ૩૨,૦૦,૦૦૦ માતાઓ મરણ પામી હતી.

“બોરબે કોનિકલ” તા. ૨૭-૯-૧૯૨૫

ઉપરની ત્રાસદાયક હકીકતો ધ્યાનમાં લઇને પોતાની દીકરીઓને પંદર વર્ષ પછીની ઉંમરે પરણાવવાનો તમામ વિચારવંત હિંદુ મા-બાપ ઠરાવ કરે અને તેને પરિણામે લાખો બિચારી છોકરીઓ જીવતે

જીવત નરકની પીડા સહન કરતી બચી જાય એવી મારી પ્રાથના છે.

વાંચનાર ! આ અપીલ વાંચીને તમે શું કરશો ? લાખો બિચારી છોકરીઓના આશીર્વાદો લેવામાટે ઉપર પ્રમાણે પ્રબળમત કેળવવાની મહેરબાની કરશો ?

## ૫૯-બહેનો ! આ વાત ન ભૂલશો.

( ‘સૌરાષ્ટ્ર’ તા. ૬-૯-૨૪; શ્રીમતી ‘પાર્વતીદેવી’ના લાપણુમાંથી )

મહાભારતમાં ગવાયેલો એક સર્વજ્ઞાત કથાપ્રસંગ:-

કૌરવોની સાથે ઘતમાં હારેલા પાંડવોની નજર સામે ભરકૌરવ-સભામાં દુઃશાસને રજસ્વલા દ્રૌપદીના કેશ અને ચીર ખેંચ્યાં; અને પરાજિત (પણુ સત્યપાલક) પાંડવોએ એ દારુણ દુરાચાર નમેલે મસ્તકે સહી લીધો. પછી પાંડવો પોતાનું વચન પાળવા વનમાં ફરવા લાગ્યા અને ત્યાં બધે તેમની પાછળ પડછાયાની જેમ, કૌરવોનો અત્યાચાર તેમને સતાવવા લાગ્યો. કૌરવો તરફથી સદાય વરસી રહેલા એ ક્રૂર અને અસહ્ય જીલ્લો છતાંયે, તેમનો ક્ષમાશીલ સ્વભાવ એ બધું ભૂલવા લાગ્યો; ત્યારે દ્રૌપદીજી પાંચે પતિઓને પોતાના ખેંચાયેલા કેશ અને વસ્ત્રો ખતાવી ખતાવીને તથા હસ્તિનાપુરના રાજમાર્ગ ઉપર ધૂળમાં રગદોળાયેલી પોતાની દેહ દેખાડી દેખાડીને એ અત્યાચારોનું સ્મરણ કરાવતાં; અને કહેતાં કે, ભૂલવું હોય તો બધુંય ભૂલી જજો, પણ માફ-તમારી સ્ત્રીનું-અપમાન ન ભૂલજો.

ભારતીય બહેનો ! તમારા કેશ અને ચીર આ સરકારના અનેક દુઃશાસનોએ ખેંચ્યાં છે, તમને અનેક દુઃશાસનોએ રસ્તા ઉપર રગદોળી છે, તમારા ઉપર અનેક દુઃશાસનોએ ધાર અત્યાચાર ગુજાર્યા છે. તમે ભારતના પુરુષોને કહો કે, ભૂલવું હોય તો બધુંય ભૂલી જજો; પણ અમાફ-તમારી બહેનોનું, તમારી માતાઓનું, તમારી પત્નીઓનું અપમાન ન ભૂલજો. આપણા પુરુષો આજે એ અપમાનો અને અત્યાચારો ભૂલતા જતા લાગે છે. તમારો ધર્મ છે કે, આપણા પુરુષોના દિલમાં



એ અગ્નિ સદા જ્વલંત રાખવો અને એ અપમાનોની યાદ ખૂઝાવા ન દેવી. તમે સદાય કહેતાં રહેજો કે, બધુંય ભૂલજો પણ તમારી નારીઓનું અપમાન ન ભૂલજો. એ અગ્નિ જો જીવતો હશે તો એક દિવસ ફરીવાર કુરુક્ષેત્ર મંડાશે અને પાંડવોનો-ધર્મનો વિજય થયો, તેમ ભારતવર્ષનો વિજય થશે!

## ૬૦—સ્ત્રીઓને સૂચના

સ્ત્રીઓને સુખી થવામાટે એક સ્ત્રીસહાયક મંડળે આપેલી સૂચનાઓ:—

૧ ઉડાઉ થશો નહિ. એક પુરુષને આર્થિક પરાધીનતામાંથી છૂટી-ને સ્વતંત્ર થવાનું લવિષ્ય જેવું ગમે છે, તેવું બીજું કંઈ ગમતું નથી.

૨ તમારું ઘર સાફ રાખજો. આખો દિવસ કામ કરીને થાકી ગયેલા પુરુષને પોતાના સુવ્યવસ્થિત સ્વચ્છ ઘરથી જેટલો આનંદ મળે છે, તેટલો બીજા કશાથી મળતો નથી.

૩ તમારો દેહ કદ્દપો અને તેવું કશુંજ થવા દેશો નહિ.

૪ બીજા પુરુષો તમારા તરફ ખેંચાય તેવું કશું પણ કરશો નહિ; કેમકે ધણીઓ ઘણા અદેખા હોય છે અને કેટલાકો નિષ્કારણ વહેમી અને છે.

૫ પોતાનો પતિ વ્યાજબી નિયમ પાળવાનું કહેતો સામાં થતાં નહિ.

૬ તમારા પિયરમાં બહુ વખત ગુમાવશો નહિ.

૭ તમારી કૌટુંબિક બાબતોમાં તમારા પાડોશીની સલાહ માનતાં નહિ અથવા તમારાં પિયરિયાંની સલાહ ચાલવાનો બહુ આગ્રહ કરતાં નહિ; પણ જાતેજ વિચાર કરી લેજો અને તમારા ધણી સાથે મસલત કરજો.

૮ તમારા ધણીને ઉતારી પાડશો નહિ. આવેશમાં પણ તમે તમારા ધણીને માટે દર્શાવેલા ખોટા વિચારનો બીજાઓ લાલ લઇ તેને તમારા ધણીના ચરિત્ર અને શક્તિઓનું ખર્ચ માપ માનશો.

૯ હસજો, સર્વ બાબતોમાં ધ્યાન રાખજો. તમારો ધણી કંટાળ્યો હશે-થાક્યો હશે, તો તમારું હાસ્ય તેનો ઉતાર છે. તમારા ધણીની લાગણીઓનો જો તમે ખ્યાલ રાખશો, તો તે પણ તમારી લાગણીઓને માન આપશે.

૧૦ તમારું સ્ત્રીત્વ બૂલશો નહિ. પુરુષો, એ વધારે મોટા થયેલા

બાળકો છે. તેઓને તમે પટાવશો, તેની પરવા તેઓ નહિ કરે, પણ દયાવવા જશો તો સામા થશે; અને જો તમે સ્ત્રીઉચિત વિનય અને સહનશીલતાથી તેની સાથે વર્તશો તો તે અવળા સ્વભાવનો હશે, તોપણ તમારા તરફ તેનો સહભાવ ખેંચાશે અને તેને અંકુશમાં રાખી શકાશે.

## ૬૧-મેખલા-પ્રયોગ

(“વૈદ્યકલ્પતરુ” લેખક:-વૈદ્ય વાસુદેવ શામળદાસ સેવકરામ-વડાગામ)  
 પૂર્વકાળમાં ભારતવર્ષની અંદર વૈજ્ઞાનિક જ્ઞાન જેટલું ઉત્તમ હતું, તેટલું આજકાલ નથી; પરંતુ વર્તમાન પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાનવેતાઓ હાલમાં પોતાની ઉન્નતિ કરી રહ્યા છે, ત્યાંથી ભારતીય વિજ્ઞાનનો આરંભ થાય છે. આ દેશના હમેશના વ્યવહારોમાં પણ વિજ્ઞાનની પૂર્ણ છટા વિદ્યમાન છે; પરંતુ વાત એવી છે કે, અજ્ઞાનતાના સખએ આપણે તેની ઉપેક્ષા કરી રહ્યા છીએ. પણ તેના અસ્તિત્વને નષ્ટ કરવાની શક્તિ કોઈને આધીન નથી. અમારા દિગ્વર્ણમાં એક એવી પ્રાચીન પ્રથા પ્રચલિત છે, કે જે બાળકમાં જે શબ્દોમાં નિવેદન કરવાની હું રગ્ન માગું છું. દિગ્ગેમાં ઉપનયન સંસ્કાર કરી સમાવર્તન સંસ્કાર થાય ત્યાંસુધી મુંજમેખલા ધારણ કરવાની પ્રથા અહિંચારીને સાર છે. આ પ્રથા કેટલી બધી ભારે સમજ અને મર્મભરેલી છે યા તો શા કારણને લઈને ચાલુ છે, તે જાણવાને હાલના મનુષ્યો કદી પણ વિચાર કરતા હોય એમ જણાતું નથી. ધણા લાંબા સમયથી હું આ રહસ્ય સમજવા મહેનત કરતો હતો અને તેમાં મેં જે જ્ઞાન મેળવ્યું છે, તે આ પ્રમાણે છે:-અહિંચાર્યાવસ્થામાં અખંડ અહિંચાર્યવ્રતનું પાલન કરવું, એ દરેક બાળઅહિંચારીનો ધર્મ છે, એમ સમજી શુદ્ધ અહિંચારી પ્રત્યક્ષ તો નહિ પણ સ્વપ્નમાં મૈથુન નહિ કરે; પરંતુ મૈથુન કર્યાસિવાય વીર્યપાત થઈ જાય તો તેને રોકવો એ શક્તિબહાર છે અને આજકાલ એ રોગ (સ્વપ્નદોષ) ધણા મનુષ્યોને હોય છે અને સ્વપ્નમાંથી થતા વીર્યપાતને રોકવા સાર પ્રાચીન આયુર્વેદતત્ત્વનિષ્ણાત મહર્ષિઓએ મુંજ-મેખલાનો વિધાન પ્રચલિત

કરેલો છે. મુંજ-મેખલા ધારણ કરવાથી વીર્યસ્રાવ થતો નથી, તેમજ સ્વપ્નાવસ્થામાં જતું વીર્ય બંધ પાડે છે.

આજકાલના અતિમૈથુનના કાળમાં આ રોગ વધુ પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે અને એ કારણને લઈને દરેકે દરેક વ્યક્તિએ મેખલાઓ ધારણ કરવી જોઈએ અને ધારણ કરવાથી જળસમાન પાતળી થયેલી ધાતુ બંધાઈ જાય છે; તેમજ બીજા ઘણી જાતના ધાતુના વિકારો દૂર થાય છે અને વિનામૈથુને કદી વીર્યપાત થતો નથી. પ્રાચીન આયુર્વેદાચાર્યોના કૃત્રી શોધાયેલા આવા ગહન, સાદા અને અત્યંત ફાયદાકારક ઉપાયોને આપણે વગરસમજે ઉંડો વિચાર કર્યોસિવાય માત્ર ઉપલક્ષ્ય દષ્ટિએ નજીવા સમજી, અવહેલના કરી, આપણા પગો ઉપર કુહાડી મારી બીજાની મદદની આશા રાખીએ છીએ! એ સિવાય બીજું શું ?

## ૬૨-સત્યભામા અને દ્રૌપદી

એક પ્રસંગે મેળાપ થતાં સત્યભામાએ દ્રૌપદીને પૂછ્યું કે:-“સખિ ! તારા સ્વામી જે મંત્ર કે ઔષધવડે તારે વશ રહે છે, તે મને બતાવ, કે જેથી શ્રીકૃષ્ણ પણ મારે વશ થાય.”

દ્રૌપદીએ હસીને કહ્યું:-“સખિ ! મંત્ર કે ઔષધથી તે કાંઈ સ્વામી વશ કરાતા હશે ? ગુણહીન સ્ત્રીઓ મંત્ર અને ઔષધોથી સ્વામીને વશ કરવાનો પ્રયત્ન કરીને ઉલટું સ્વામીને નુકસાન પહોંચાડે છે. સ્વામી મને કેવી રીતે વશીભૂત થયા છે તે સાંભળ. સ્વામી એજ સ્ત્રીને દેવતા અને એકમાત્ર ગતિ છે, એમ જાણીને હું મન, વચન અને કર્મથી રાતદિવસ એમની સેવા કરું છું. સ્વામીસેવા એજ મારા જીવનનું એકમાત્ર વ્રત-એક માત્ર ધર્મ છે. હું કોઈ દિવસ એમની સાથે કડવું વેણ બોલતી નથી, તેમના મનને ખોટું લાગવા દેતી નથી, તેમના જમવા પહેલાં ભોજન કરતી નથી, તેમના બેઠા પહેલાં બેસતી નથી અને સૂતા પહેલાં સૂતી નથી. જે વસ્તુ એમને પસંદ ન હોય તેનો હું પણ ત્યાગ કરું છું; જેની સાથે વાતચીત કરવાની તેમની ઇચ્છા ન હોય, તેની સાથે હું પણ વાર્તાલાપ કરતી નથી.

સ્વામીની જ્ઞાપર પ્રીતિ હોય તેનાપર મારી અપ્રીતિ હોય, તોપણ હું તેનું માન રાખું છું અને કાળજીપૂર્વક તેમની સેવા કરું છું. બહારથી સ્વામી જ્યારે થાકીને ઘેર આવે છે, ત્યારે આસન અને જળ આપીને હું તેમનો થાક દૂર કરું છું. બહારથી તેમનો અવાજ સાંભળતાંજ પ્યાર-ણા આગળ જઈ તેમનો સત્કાર કરું છું. દાસદાસીની પાસે એ કોઈ પણ વસ્તુ માગે તો હું જાતેજ ઉડીને એ વસ્તુ આણી આપું છું. હું જ્યારે રાણી હતી, ત્યારે રાજ્યસંસારનો અને દાસદાસીઓનો સર્વ ભાર તેમણે મને સોંપ્યો હતો. હું દરરોજ પોતાને હાથે સ્વચ્છ રસોઈ કરીને યથાસમયે સર્વને જમાડતી; જાતેજ ધાન્ય અને ધરની ખીજ બધી જણસો કાળજીપૂર્વક સાચવી રાખતી; જાતેજ ધરના નોકરો, ભરવાડો, ગોવાળો વગેરેની ખર્ચ રાખતી અને જાતેજ ધરસંસારના આવકખર્ચનો હિસાબ રાખતી. મહેલના આશ્રિતોની સેવામાં મને રાત્રિ-દિવસનું ભાન રહેતું નહિ. રોજ બધાના જમી રહ્યા પછી હું જન્મતી, બધાના સૂઈ ગયા પછી હું સૂઈ જતી અને વહાણું વાતાં બધાના ઉઠતા પહેલાં હું ઉડીને ધરકામમાં ગુંથાતી.

સાસુજી કુંતીને દરરોજ હું પોતે જમાડીને તેમની સેવા કરતી. કોઈપણ રીતે તેમના ઉપર હું મારો કારભાર દેખાડતી નહિ, તેમના કરતાં ઊંચા પ્રકારનું કપડું કદી પણ પહેરતી નહિ, ગૃહધર્મમાં સર્વથા એમને આધીન થઈને ચાલતી. ખીજ તરફ સપત્નીઓને (શાક્યોને) પણ માની જણી બહેન બરાબર ગણતી. કોઈ દિવસ તેમના ઉપર અદેખાઈ કરતી નહિ, તેમજ કોઈ દિવસ અનિષ્ટ વ્યવહાર કરીને કે કડવું વચન કહીને તેમનું દિલ દુલવતી નહિ.

સખિ! એજ સ્વામીને વશ કરવાનો મંત્ર તથા ઔષધ છે. એથી સારો ઉપાય ખીજે કોઈ નથી. એનો ઉપયોગ કરી જો; એટલે શ્રીકૃષ્ણ તને તદ્દન વશીભૂત થઈ જશે. ”

## ૬૩-સતીમાહાત્મ્ય

(વરાહમિહિરકૃત “બૃહતસંહિતા”માંથી)

પુરુષાણાં સહસ્રંચ સતી સ્ત્રી ચ સમુદ્ધરેત્ ।

પતિઃ પતિવ્રતાણાંચ મુચ્યતે સર્વપાતકાત્ ॥ ૧ ॥

એક સતી સ્ત્રી હજારો પુરુષોનો ઉદ્ધાર કરી શકે છે. પતિવ્રતાનો પતિ સર્વ પાપથી મુક્ત થાય છે. (૧)

નાસ્તિ તેષાં કર્મભોગઃ સતીનાં વ્રતતેજસા ।

તયા સાર્ધંચ નિષ્કર્મા મોક્ષતે હરિમન્દિરે ॥ ૨ ॥

સતીઓના વ્રતના તેજથી તેઓને (પતિઓને) કર્મનો ભોગ રહેતો નથી. તેઓ નિષ્કર્મ થઈને સતીની સાથે ઈશ્વરના ધામમાં વિહરે છે.

પૃથિવ્યાં યાનિ તીર્થાણિ સતીપાદેષુ તાન્યપિ ।

તેજશ્ચ સર્વદેવાનાં મુનીનાંચ સતીષુ તત્ ॥ ૩ ॥

પૃથ્વીમાં જે તીર્થો છે તે સર્વ સતીના ચરણમાં છે, તેમ દેવતાઓનું અને મુનિઓનું તેજ પણ સતીઓમાં રહેલું છે. (૩)

તપસ્વિનાં તપઃ સર્વ વ્રતિનાં યત્ ફલં વ્રતે ।

દાને ફલં ચ દાતૃણાં તત્ સર્વ તાસુ સન્તતમ્ ॥ ૪ ॥

તપસ્વીઓનું સર્વ તપ, વ્રતીઓના વ્રતનું ફળ અને દાતાઓના દાનનું ફળ, એ સર્વ સતીઓમાં નિરંતર રહેલું છે. (૪)

સ્વયં નારાયણઃ શંભુર્વિધાતા જગતામપિ ।

સુરાઃ સર્વે ચ મુનયો મીતાસ્તામ્યશ્ચ સન્તતમ્ ॥ ૫ ॥

નારાયણ પોતે, શંભુ, જગતના સર્જા બ્રહ્મા, સર્વ દેવતાઓ અને મુનિઓ પણ સતીઓથી હમેશાં ભયભીત રહે છે. (૫)

સતીનાં પાદરજસા સઘઃ પૂતા વસુન્ધરા ।

પતિવ્રતાં નમસ્કૃત્ય મુચ્યતે પાતકાક્ષરઃ ॥ ૬ ॥

સતીની ચરણરજથી પૃથ્વી તુરંત પાવન થાય છે. પતિવ્રતાને નમસ્કાર કરી મનુષ્ય પાપથી મુક્ત થાય છે. (૬)

ત્રૈલોક્યં મસ્મસાત્ કર્તુ ક્ષણેનૈવ પતિવ્રતા ।

સ્વતેજસા સમર્થા સા મહાપુણ્યવતી સદા ॥ ૭ ॥

મહાપુણ્યવતી સતી સર્વદા પોતાના તેજથી ત્રૈલોક્યને પણ ક્ષણમાં ખાળી મૂકવા સમર્થ છે. (૭)

સતીનાશ્ચ પતિઃ સાધ્વીપુત્રો નિઃશંક એવ ચ ।

ન હિ તસ્ય ભયં કિંચિદેવેભ્યશ્ચ યમાદપિ ॥ ૮ ॥

સતીનો પતિ અને પુત્ર પણ સદા નિશ્ચિંત રહે છે; કારણ કે તેમને દેવોથી કે યમથી પણ ભય રહેતો નથી. (૮)

શતજન્મસુપુણ્યાનાં ગેહે જાતા પતિવ્રતા ।

પતિવ્રતાપ્રસૂઃ પૂતા જીવન્મુક્તઃ પિતા તથા ॥૯॥

સો જન્મના પુણ્યવાનને ત્યાં સતીનો જન્મ થાય છે. સતીની માતા પુનિત અને છે અને પિતા જીવન્મુક્ત થાય છે. (૯)

શ્રુતં દૃષ્ટં સ્પૃષ્ટં સ્મૃતમપિ નૃણાં હૃલાદજનનં,

ન રત્નં સ્ત્રીભ્યોઽન્યત્કવચ્ચિદપિ કૃતં લોકપતિના ।

તતસ્તો ધર્માર્થૌ સુતવિષય સૌખ્યાનિ ચ તતો,

ગૃહે લક્ષ્યો માન્યાઃ સતતમબલા માનધિમૈઃ ॥૧૦॥

દર્શનથી, શ્રવણથી, સ્પર્શથી અને સ્મરણથી પણ પુરુષને આહ્વાદ ઉત્પન્ન કરે એવું સ્ત્રીઓ વિના ખીણું કોઈ રત્ન લોકપતિ બ્રહ્માએ ક્યાંય પણ પેદા કર્યું નથી; એટલુંજ નહિ પણ ધર્મ અને અર્થની ઉત્પત્તિ પણ સ્ત્રીઓમાંથીજ થાય છે. પુત્ર અને વિષયસંબંધી સુખોનો આધાર સ્ત્રીઓ ઉપરજ છે, એટલા માટે ધરમાં લક્ષ્મીરૂપે વસનારી સ્ત્રીઓ સત્કાર અને વૈભવદ્વારા માન આપવા યોગ્ય છે. (૧૦)

યે હ્યહ્ગનાનાં પ્રવદન્તિ દોષાન્વૈરાગ્યમાર્ગેણ ગુણાન્વિહાય ।

તે દુર્જના મે મનસો વિતર્કઃ સદ્ભાવવાક્યાનિ ન તાનિ તેષામ્ ॥

કેવળ વૈરાગ્યની દૃષ્ટિથી સ્ત્રીઓના ગુણોનો ઉચ્ચાર કરવાને બદલે જે કોઈ તેમને દોષ દે છે, તે દુર્જન છે. તેનાં એ વચનો સદ્બુદ્ધિથી નીકળેલાં નથી, એમ હું માનું છું. (૧૧)

## ૬૪—દૂધની ભૂકીની બનાવટ

(લેખક:—પોપટલાલ મોનજી યાજ્ઞિક; “વિશ્વજ્યોતિ” શ્રાવણ-સં ૧૯૮૧)

કેટલીક વખતે દૂધ મળતું નથી, તેમજ પ્રવાસી માણસને અને માંદા માણસને રાત્રે બીજી કેટલીક અડચણને વખતે દૂધની ધણી જરૂર હોય છે, પણ તે મળી શકતું નથી. તે વખતે આ ભૂકીનો ઉપયોગ કરવાથી ધણીજ અડચણો ઓછી થાય છે. તે બનાવવાની રીત:—

સાકર તોલા ૪૦), સોડા બાયકાર્બોનેટ તોલો ૦૧, સ્વચ્છ વસ્ત્ર-ગાળ કરેલું દૂધ તોલા ૧૨૫); ઉપરની ચીજો પહેલાં તૈયાર કરી રાખવી. પછી એક લોખંડની કઢાઇ ( પેણો ) લઇને તેમાં મલમલના કપડા-માંથી ગાળેલું દૂધ નાખવું અને તે કઢાઇ ચૂસા ઉપર ભૂકીને મંદ (ધીમી) ગરમી આપવી. પછી તે દૂધને અધું અવટાવી ( બાળી ) નાખવું; અને ગરમી જરા ઓછી કરી નાખવી. પછી અર્ધો તોલો પાણી લઇને તેમાં સોડા બાયકાર્બોનેટ નાખી તે મિશ્રણ થાળીમાં મૂકેલી સાકરની ઝીણી ભૂકી ઉપર છાંટવું અને હાથવડે તેને ચોળવી. એ મુજબ થોડા વખત સુધી ચાલુ રાખવું, જેથી ખાંડ અને સોડાનું ઉત્તમ મિશ્રણ તૈયાર થશે. પછી તે સાકરની ભૂકી થોડી લઇને તે કઢાઇમાંના દૂધમાં નાખી દૂધને હલાવતા રહેવું. એ મુજબ બધી ભૂકી મેળવી નાખીને નીચે ગરમી વધારવી અને તે દૂધને ખૂબ હલાવતા રહેવું; જેથી નીચે દૂધ બળશે નહિ. પછી તે દૂધ જેમ જેમ ઘટ (ગળુ) થતું જાય, તેમ તેમ તેને ખૂબ હલાવતા રહેવું, જેથી છેવટે તેની સફેદ ભૂકી તૈયાર થશે. ભૂકી તૈયાર થયા પછી ગરમી ઓછી કરવી અને કઢાઇ ઉપર ઢાંકણું ઢાંકી દેવું, જેથી તે ભૂકીને હવા લાગશે નહિ; નહિ તો તે ભૂકી બીનાશ પડતી થશે. તે પછી અર્ધા રતલના ટીનના ડબ્બાઓ તૈયાર કરીને તે ડબ્બામાં ભૂકી ભરીને તેનું ઢાંકણું ગરમ કરી ઉપર બંધ કરવું. પછી તે ડબ્બાઓનો ઢાંકણાવાળો ભાગ સીમેન્ટથી બંધ કરી નાખવો. આ ડબ્બાઓ ચોખંડા અને ગોળ એવી બે જાત-

ના થાય છે. ડાઘાઓ ખંધ થયા પછી સીમેન્ટ તેના મોં ઉપર લગાડી ખંધ કરવાથી હવા અંદર જવા પામશે નહિ. પછી તે ડાઘા ઉપર છાપેલું લેખલ ચોંટાડવું. તે લેખલમાં સૂચનાતરીકે લખવું કે, એક તોલો ભૂકી ૧૬ થી ૨૦ તોલા ગરમ પાણીમાં મેળવવાથી તાણું દૂધ તૈયાર થશે. વિલાયતી આવા એક ડાઘાની કિંમત ૧૧ થી ૧૫ રૂપીઓ પડે છે અને દેશી ડાઘાઓ દશથી બાર આના સુધી વેચી શકાય છે. મોટા વેપારીને આઠ આને એક ડાઘો વેચીએ તો બે આનાથી પણ વધારે ફાયદો પડે છે. શું આ કામ છોકરાઓ નહિ કરી શકશે? મોટા માણસો આ કામ કરીને હિંદુસ્તાન બહાર જતાં નાણાં અને વધુ અપાતી કિંમતો અટકાવશે તો હિંદુ મજૂરો અને વેપારીઓના ઘરમાં તે નાણાં આવી શકશે; અને હિંદુ લોકોએ બનાવેલાતરીકે વેચાઈ પૈસો, ચોખ્ખાઈ અને સસ્તાઈનો ખહોળો લાભ હિંદુસ્તાનને ખરેખર થશે તથા પરદેશી લોકોનો માત્ર તેથી ઓછી કિંમતે વેચાશે.

## ૬૫-શક્તિની દવા ખાઈને મરનારાઓ !

( લેખક:-લાલશંકર લક્ષ્મીદાસ, જુનાગઢ )

૧ ‘ત્રાસદાયક જાહેરખબરો’-આ દેશનાં વર્તમાનપત્રોમાં ‘શક્તિની દવા’ની લાંબી લાંબી તથા ખેંચાણુકારક લાખાવાળી જાહેરખબરો હંમેશાં છપાયા કરે છે.

(૧) “અર્ધાં કલાકમાં પાવર પીલ્સનો અજબ ચમત્કાર.” (૨) “પંદર મિનિટમાં કૌવતનો પૂર જોસ,” (૩) “પ્રેમનાં વિલાસી જનોમાટે ગોળાઓ,” (૪) “સંસારસુખ ગુમાવી બેઠેલા પુરુષોને આ ગોળાઓ સોનાના જેવી કિંમતી છે,” (૫) “આ કિંમતી ગોળાઓની હજારો ખાટલીઓ ખપી ગઈ છે !” વગેરે શબ્દો વાંચીને કેટલા બધા મૂર્ખ પુરુષો રાતદિવસ કામના વિચારો કરીને પોતાની જીંદગી ટુંકી કરતા હશે?

૨ એકાએક મરી જતા તંદુરસ્ત જુવાન પુરુષો-બહુ જુવાન તંદુરસ્ત પુરુષો એકાએક બિમાર પડીને થોડા દિવસોમાં અથવા



રીખાઈ રીખાધને મરી જાય છે. આવા કેટલા હતભાગી પુરુષો પ્રેમના વિલાસી જનો માટેની ગાળાઓ'ના છુપા ભોગ બનીને પોતાનાં , આપ, સ્ત્રી, બાળકો વગેરે વહાંલાંઓને પોક મૂકાવતા હશે ?

૩ વર્તમાનપત્રમાં ચેતવણી—તા. ૧૮-૧૨-૧૯૨૨ ના એક જાહેરાત વર્તમાનપત્રમાં “શક્તિની દવા વાપરનારાઓને ચેતવણી” એવા શીર્ષક નીચે એક લેખ છપાયો હતો. તેમાં જણાવ્યા પ્રમાણે “પુરુષો-ગુમાવેલી જીવનશક્તિમાટે હજારો લેભાગુ દવાઓ નીમહકીમો કથી બહાર પડે છે; અને હજારો લોકો આ ઇલાજમાટે તેવી ઓ પાછળ પૈસાની ખર્ચાદી કરે છે.”

અધા વેપારીઓ પોતાની દવાનાં વખાણ કરે છે ! કોઈ પણ એમ કહે તો નથી કે, “મારી દવા જીવલેણ છે !”

૪ સોળ વરસના એક જીવાનની વાત—આશરે સોળ વરસ-મારો એક બોળખીતો શ્રીમંત જીવાન પુરુષ હતો. તેની સ્ત્રી શી ખૂબસુરત હતી. તે ઘણો તંદુરસ્ત હતો; પણ એક દિવસ તે કાએક બિમાર પડીને અવાચક થઈ ગયો. તેનાં માબાપને વહેમ લાગ્યો કે, તેના એક મૂર્ખ મિત્રની સલાહથી તેણે કાંઈ ‘શક્તિની દવા’ ખાધી હતી. તે સંબંધમાં તે પુરુષને ઘણું પૂછવામાં આવ્યું, પણ બીલકુલ બોલી શક્યો નહિ અને મરી ગયો !

જ્યારે તેના શબને મસાણામાં લઈ જવામાટે તૈયારી થતી હતી, ત્યારે હું ત્યાં હાજર હતો. તે વખતે તેની મા, બહેન, સ્ત્રી વગેરે સગી ઇચ્છા ગમે તેવા કસાધને પણ રડવું આવે તેવી ત્રાસદાયક રીતે પીડાઈને વિલાપ કરતાં હતાં. તે ભયંકર સ્થિતિમાટે જે ‘શક્તિની દવા’ બનાવનાર તથા તેની જાહેરખબર લોકોમાં ફેલાવનાર માણસો વાળદાર હશે, તેમના મરણ પછી કર્મના ઇશ્વરી ઇન્સાફી કાયદા માણે કેવા જુરા હાલ થવા જોઈએ તેનો ખ્યાલ કરવો સહેલો છે.

૫ વર્તમાનપત્રોના માલિકોને અરજ—વર્તમાનપત્રોના માલિકો-બીજી સંકેદો નિર્દોષ જાહેરખબરોના હજારો રૂપિયા મળે છે,

માટે કર્મ તથા પુનર્જન્મના ઇશ્વરી ઇન્સાફી કાયદાનો ખ્યાલ કરીને 'શક્તિની દવા'ની જાહેરખબરો કદીપણ નહિ છાપવાનો દરાવ કરવાની તેઓ મહેરબાની કરે અને તેથી હજારો કુટુંબોના તેઓ આશીર્વાદ મેળવે, એવી મારી પ્રાર્થના છે.

૬ અરજ—મારો આ લેખ છપાવીને, છૂટથી ફેલાવી મહાપુણ્ય કમાવા હું અરજ કરું છું.

જેવું વાવશો તેવું પામશો, ઘઉં વાવશો તો ઘઉં પામશો, પથ્થર વાવશો તો પથ્થર પામશો, દુનિયામાં સુખ વાવશો તો સુખ પામશો, દુનિયામાં દુઃખ વાવશો તો દુઃખ પામશો.

**ઇશ્વરી ન્યાયાધીશને કદી પણ ઠગી શકશો નહિ !**

## ૬૬—દાદરનો સહજ-મફત ઈલાજ

( લેખક:-જગનલાલ મગનલાલ )

મરચાંના છોડનાં લીલાં પાન લાવી પાણી નાખી ખૂબ ઝીણું વાટી રસ કાઢી એની અંદર થોડુંક મીઠું નાખી થયેલી દાદર ઉપર ખૂબ મસ-જવાથી દિન પંદરની અંદર મટી ચામડી સુંવાળી બને છે. આ દવા જન્મોજન્મની થયેલી દાદરને પણ મટાડી શકે છે. આ દવા લગાડવાથી અગન બળતી નથી, સહેજ લાગે છે. આ દવા જગજાહેર સાફ બતાવવામાં આવી છે. દશ વરસની જૂની દાદર હોય અને કાળા કે લાલ હોય તોપણ મટે છે. મારા ભાઈઓ ! આ દવાથી ફાયદો લાગે તો ખીજ ભાઈ એટલે ગરીબ લોકોને પણ બતાવશો. ગરીબોને દુઃખથી ટળવળતા અટકાવવા તેમને ખબર પણ આપવી એ આપણી ફરજ છે. જેમને દાદર મટે તેમણે યથાશક્તિ કબુતરાંને મકાઈ અગર કૂતરાંને રોટલા નાખવા.

## ૭-મહાત્મા કબીર અને પાપીનો પસ્તાવો

(લેખિકા:-અહેન વિનોદિની નીલકંઠ; ‘આલમિત્ર’માંથી.)

સંત કબીરની એક વાર્તા છે. એક નગરમાં કોઈએક બહુ પાપી રહેતી હતી. નગરની સ્ત્રીઓ એના ઘર આગળથી પસાર થવામાં યુ નાનમ માનતી. રસ્તામાં કદાચ તેમને પેલી સ્ત્રી સામી મળી જતી તેઓ મુખ ફેરવી દેતી, ગામનાં સૌ માણસ એની નિંદા કરતાં.

આખરે ગામના આગેવાન માણસો ભેગા મળી તેને કબીરજી પાસે ગયા. તેમણે કબીરને પેલી સ્ત્રીની સઘળી હકીકતથી વાકેફ કર્યાં, ત્યારે ગરસરખી ગંભીરતાથી સંતે તેમને પૂછ્યું કે “તમે તે સ્ત્રીને શું કરવા ગા છો?” લોકોએ જવાબ દીધો કે “પ્રભુ! અમારે એને સખત ક્ષા કરવી છે.” કબીર બોલ્યા કે “આવતી કાલે તે સ્ત્રીને લઈ સૌ ભગ્નનો અહીં આવજો.”

હજી તો પૂરું અજવાળુંએ નહોતું થયું, ત્યાં તો કબીરજીની ઝુંપડી-દાર નગરજનોનાં પૂર ઉલટયાં. કબીરે પેલી પતિત સ્ત્રીને એક જગ્યાએ બેસાડી; લોકોનો સમૂહ તેની આસપાસ વિંટળાઈને ઉભો. શાંત મીઠા રે સંત બોલતા સંભળાયા: “તમે કહો છો કે, આ સ્ત્રી પાપી છે. પાપી સ્ત્રીને જરૂર સજા થવી જોઈએ. દરેક નગરજન એકેક પર ડિપાડી એને મારજો.” લોકોમાં આનંદના પોકાર થવા લાગ્યા; એકેય પથ્થર પડે તે પહેલાં કબીર બોલ્યા કે “ઉભા રહો, થોભો. તમે બધા આ બાઈને એના પાપની સજા કરો છો, પણ તમારી ત્રી તો છેને કે, તમે તેને શિક્ષા કરવા લાયક છો? તમારામાંથી તદ્દન પાપરહિત હોય, તેજ એને પથ્થર મારે. તમે પણ પાપી તો આ પાપી સ્ત્રીને મારવાનો તમને શો હક્ક છે?” લોકોમાં મલળાટ થયો, પેલી પતિત સ્ત્રીની આસપાસ થયેલું માણસોતું કું-તું ધીમે ધીમે દૂર ને દૂર ખસતું ગયું; દરેક જણ પાછળ પગલાં ની ચાલવા માંડતું હતું; દરેક પગલે તેમને પોતપોતાનાં પાપો યાદ

આવતાં હતાં. ધીમે ધીમે લોકો અદૃશ્ય થઈ ગયા. સંત કપીર અને પેલી સ્ત્રી, એ બેજ હવે ત્યાં રહ્યાં. સંત કપીર પેલી સ્ત્રી પાસે આવ્યા અને તેને હાથ જોડીને કહ્યું કે “ માતા ! તું પાછી ઘેર આલી જા. મારી ખાત્રી છે કે, હવે પછી તું કદીએ પાપ નહિ કરે. ”

સ્ત્રીની આંખમાંથી આંસુની રેલ આલી. કપીરે તેને રડવા દીધી. આંસુદારા એનાં પાપ ઓસરી જતાં હતાં.

તે દિવસથી પેલી સ્ત્રી કપીરની પરમ ભક્ત બની. કપીરપંથીઓએ તે મહાભાગ્યશાળી સ્ત્રીના બહુ ગુણ ગાયા છે.

## ૬૮-મહર્ષિના અમર આત્માને વંદન હો !

( “ગાંડીવ”-સુરત, તા. ૧૪-૨-૨૬નું મુખપૃષ્ઠ )

એ વાતને સો સો વરસ વીતી ગયાં. ગદ્ય સદીના એક સુધન્ય વરસમાં ટંકારાના પુણ્યતીર્થે એણે જન્મ લીધો. સનાતન ધર્મના તેજોમય કીર્તિદીપકની ઝાંખી પડતી શિખાઓને સંકારવાને-તેને સતેજ કરવાને કાળે એનો અવતાર હતો-અને, -અને એ પુણ્યપુરાણ સંસ્કૃતિનાં ઓસરતાં પૂરને તેણે પાછાં વાળ્યાં !

એ હતો મહર્ષિ ! મહાનથીયે મહાન ઋષિમુનિઓથી ન પળાય-લાં વ્રતોના એણે પરચા બતાવ્યા. મહત્તમ વિભૂતિઓની પરમ મહિમા-મયી શક્તિઓના ભૂલાતા જતા ઇતિહાસોને એણે પાછા સજીવન કર્યાં. સદ્ધર્મના અધકારપછેડા હેઠળ છુપાયેલા અધર્મના મહાપટલોને એણે દુનિયાની દૃષ્ટિએ આણ્યા. સનાતન હિંદુત્વના દેહપર થતા જખમો-ને નિવારવાના એણે માર્ગ બતાવ્યા.

એ હતો એકનિષ્ઠ બ્રહ્મચારી. ઇતિહાસને ચોપડે સુવર્ણક્ષરથી ઝળહળતા ભીષ્મપિતામહના જીવનાદર્શોને અશક્ય માનવા લાગતી થયેલી પ્રજાને આંગણે એણે બ્રહ્મચર્યનાં ઓજસ ઉતાર્યાં, સત્ય તપશ્ચર્યાનાં બ્રહ્મવચસ્વ દાખવ્યાં. સંન્યાસીઓનો પરમ સંન્યાસી, સંસારીઓનો પરમ પૂજનીય, સનાતન હિંદુધર્મનો મહા ઉદ્ધારક-હિંદુત્વના પુન-

રુજીવન કાળે જીવનભર ભેખ ધારણ કરી તેને ખાતર પ્રાણ ન્યો-  
છાવર કરનાર-એ હતો દયાનંદ સરસ્વતી.

વીસ વરસની દૂધમલ ઉંમરે એણે ધર તજ્યું અને ભગવાં ધારણ કર્યાં. આઠ આઠ વર્ષો સુધી ન જોયાં ઉંઘ ને થાક, ન જોઈ ભૂખ કે તરસ અને વિદ્યાભ્યાસ કર્યો; યોગનાં ચિંતન કર્યાં; સાઈ હિંદ તેમની ગર્જનાના ટંકારોથી પછે ગાજી રહ્યું! આર્યત્વનો તેણે જીંડો ધર્યો અને હિંદુત્વને હાકલ નાખી; વહેમ ને અજ્ઞાનનાં, મિથ્યાચાર ને આડંબરનાં, ધતીંગો અને ધર્મધેલછાઓનાં જળાંઝાંખરાં તેણે સાફ કરવા માંડ્યાં. બ્રહ્મચર્યના તેણે આદેશ આપ્યા. દુઃખના કુંગરાઓ હેઠળ સેંકડો વરસનાં રૂઢિચઢનોથી કચડાતી રાંકડી વિધવાઓની તેણે બાંધ જાલી! હિંદુઓના કહેવાતા અસ્પૃશ્યતાવાદના મૂળનાં તેણે ઉચ્છેદન આદર્યાં- અને સારી હિંદુ આલમમાં ચેતનાની ચિણુગારી ચમકી ઉઠી.

ને સત્યનો જપ જપવા ખાતર, નેકીની નેકી પુકારવા ખાતર જેમ સૌકેટીસે ઝેરના પ્યાલા ગટગટાવ્યા, તેમ ગરવી ગુજરાતના એ પનોતા સંતાનને પોતાનો કીર્તિધ્વજ ફરફરાવતાં, ઝેરીલાં ભોજનો આરોગી દેહ કુરબાન કરવો પડ્યો.

સેવા એ જેનો મંત્ર હતો, બ્રહ્મચર્ય એ જેનું વ્રત હતું, ધર્મ એ જેનો પ્રાણ હતો, આત્મત્યાગ એ જેનો દેહધર્મ હતો-દયા, ક્ષમા અને ઋણુતા જેના અંગે અંગમાં ઉભરાતી એવા એ યોગીને, તેના અમર આત્માને વારંવાર વંદન હો, કોટી કોટી નમસ્કાર હો!

## ૬૯-સ્વામી વિવેકાનંદનો એક મહામંત્ર

(સ્વામી વિવેકાનંદ-ગ્રંથ ૨ જામાંથી)

ઓ હિંદુસ્તાન! સીતા, સાવિત્રી અને દમયંતી, એ તારી સ્ત્રી-જાતિનો આદર્શ છે, એ તું ભૂલતો નહિ; તારો ઇશ્વર યોગીઓનો યોગી અને ત્યાગી ઉમાપતિ શંકર છે, તે તું ભૂલતો નહિ; તારું લમ, તારી દોલત અને તારી જીંદગી ઇન્દ્રિયવિલાસમાટે કે તારા અંગત

સુખને માટે નથી, એ તું ભૂલતો નહિ; જગદંબાની વેદીમાં હોમાવા માટેજ તું જન્મ્યો છે, એ તું ભૂલતો નહિ; તારા દેશનું સામાજિક અંધારણ અનંત વિશ્વવ્યાપી માતૃત્વનોજ પડથો છે, એ તું ભૂલતો નહિ; અંત્યજો, અજ્ઞાનીઓ, ગરીબ લોકો અને લંગી લોકો પણ તારા ભાઇઓ છે; એ પણ તું ભૂલતો નહિ.

હે હિંદુસ્તાનના વીરપુત્ર ! તું બહાદૂર થા, હિંમતવાન થા, હિંદુ છે તે માટે મગર થા અને જગતને જાહેર કર કે “હું હિંદુસ્તાનમાં જન્મ્યો છું અને દરેક હિંદવાસી બ્રાહ્મણથી માંડીને લંગ સુધીના સર્વ મારા ભાઇઓ છે.”

ઓ હિંદવાસી ! તારી કેડ ઉપર એકમાત્ર લંગોટીજ રહેલી હો તોપણ તું ગર્વથી મોટે સાદે કહેજો કે “હિંદુનું જીવન એજ મા જીવન છે, હિંદના દેવોજ મારા ઉપાસ્ય છે, હિંદનો જનસમાજ મારા બાળપણનું પારણું, જીવાનીની વિલાસભૂમિ અને ઘડપણ સ્વર્ગસમી કાશી છે.”

ઓ મારા ભાઇ ! તું જગતને કહેજો કે “હિંદુસ્તાનની પવિત્ર ભૂમિ એજ મારી સ્વર્ગભૂમિ છે અને હિંદુસ્તાનનું કલ્યાણ એજ મારું કલ્યાણ છે.

હે ભારતીય ! આ મહામંત્રનો તું રાતદિવસ જપ કરજો કે “લક્ષ્મીપતિ ! હે ગૌરીપતિ ! હે જગદંબા ! મને ખરું પુરુષત્વ આપજો હે સર્વ પ્રકારના બળ-ઐશ્વર્યના ભંડાર ! મારી નિર્બળતાનો, મા બીરુતાનો નાશ કરજો અને મને ખરો મર્દ બનાવજો.”

## ૭૦—મૃત્યુલોકનું અમૃત-છાશ

( ભજનમાળા ભાગ ૫ માંથી )

મળાવરોધ-કબજાઆત થવાથી શરીરમાંથી કચરો બહાર નીકળવાને બદલે અંદર ને અંદર સડવા કરે છે; અને પછી હરવખતેના થોડા થોડા કણ લોહી સાથે મળી જઈને રક્તવાહિની નાડીઓમાં ભરાઈ બેસે છે, તેથી રક્તવાહિની નાડીઓ ફસે છે અને અક્ષર

જડ થઈ જાય છે, એટલે લોહીના ફરવામાં વિદ્યમાન આવવાથી શરીરના જૂદા જૂદા અવયવોને યોગ્ય પ્રમાણમાં લોહી મળતું નથી; તેથી શરીર વૃદ્ધ જેવું દેખાવા લાગે છે અને તેથીજ મગજ, નેત્ર, હૃદય, ઉદર (આમશય, પક્વાશય), જનનેદ્રિય વગેરે અવયવો વ્યાધિગ્રસ્ત તથા શિથિલ રહે છે. જો ઉત્તેજક (માદક-તામસી) પીણાં હાંટલોમાં કે રખડપટ્ટુ લોકો પાસેથી અદારે વર્ણના એકા ઉચ્છિષ્ટ રકાબી-ખાલાદ્વારા પીવામાં આવ્યાં હોય, તો પીનારાઓ ઉપદંશ, પ્રમેહ આદિ ચેપી વ્યાધિઓના ભોગ પણ થઈ શકે છે. એકની એક સોડાની બાટલી ઢેડ, ભંગી કે મુસલમાને મોઢામાં ખોસેલી તે આજનો સુધરેલો બ્રાહ્મણ વગરસંક્રાંતિ પી શકે છે. તેમાં હવે ચેપી રોગોને ઉત્પન્ન થવા માટે અવરોધ શું રહ્યો ? દેશી અને પરદેશી વિદ્વાનો કહે છે કે, જમ્યા પછી ગાયના દૂધની સ્વચ્છ મોળી છાશ પીવામાં આવે તો તેથી બહુ ફાયદા થાય છે. રક્તવાહિનીમાં સંચિત થયેલો જડ પદાર્થ-કણ પીગળી જાય છે અને તેનો કોઈપણ અવયવમાં સંચય થતોજ નથી; તેથી રુધિરાભિસરણને સારી મદદ મળે છે, એટલે શરીર હૃષ્ટપુષ્ટ થઈ નાની વયમાં વૃદ્ધાવસ્થા પ્રાપ્ત થતી નથી. છાશમાં જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત કરવાનો ગુણ હોવાથી વિકૃત પદાર્થ ઉત્પન્ન થતો નથી અને કોઈ કારણ-વશાત્ થયો તો છાશનો મળશોધક (દસ્ત સાફ લાવવાનો) ગુણ તે વિકૃત પદાર્થને બહાર ધકેલી કાઢે છે; એટલે લોહી, માંસ, મેદ, મજ્જા, વીર્ય આદિમાં કોઈપણ વ્યાધિનો ઉદ્ભવ થવાનો બહુ થોડો સંભવ થાય છે.

અમુક અમુક વ્યાધિવાળાને શાસ્ત્રકારો છાશનોજ ખોરાક લેવાની ભલામણ કરે છે. એકલી છાશ ઉપર ૧૫-૨૦ દિવસ કાઢેલા માણસો મેં ઘણા જોયેલા છે. દરેક વ્યાધિવાળાને તથા નિરોગીને દરેક ઋતુમાં દરેક પ્રકૃતિવાળાને દરેક સ્થળમાં દરેક વખતે છાશને પથ્ય ગણેલ છે. અનુભવ પણ એ વાતને પુષ્ટિ આપે છે. ખોરાકમાં અથવા ખોરાકતરીકે છાશનો છૂટથી ઉપયોગ થાય છે, તે સિવાય વૈદકશાસ્ત્રમાં છાશથી અમુક અમુક વ્યાધિઓ પણ જૂદા જૂદા અનુપાનથી મટી શકે છે, એમ વર્ણવ્યું

છે. એ છાશનું ગામડીઉં વૈદું પણ જાણવા જેવું છે. લખે છે કે, ઓ-  
પધિતરીકે અથવા અનુપાનમાં ઓસડીઆ સાથે વાપરવાની ગાયના દૂધ-  
ના દહીંમાંથી બનાવેલી છાશ તાજી મોળી સ્વચ્છ ગોળી(કલાઈ દીધેલ  
પિત્તળની અગર માટીની)માં બનાવેલી વાપરવી. (ખોરાકમાં પણ એવી-  
જ વાપરવાનું સમજવું.) લીંડીપીંપરનું ચૂર્ણ વાલ ૧ અને છાશથી  
ખાંસી તથા છાતીનો કફ મટે છે. અજીર્ણમાં સિંધાલુણ અને મરી  
સાથે; ગરમીના તાવમાં સાકર સાથે; ઝાડા-મરડામાં જીરું તથા સાકર સાથે;  
મગજની ગરમી, મગજનું ખાલીપણું વગેરેમાં જેડીમધના મૂળ સાથે;  
નેત્રની ઝાંખ, ગરમી વગેરેમાં છાશ એકલી પીવી; સાદા ખેસી ગયો  
હોય તો શેકેલી બહેડાંની છાલના બૂકા સાથે; છાતીના દુઃખાવામાં તેમ-  
જ ધબકારામાં પીંપળીમૂળના બૂકાસાથે; લોહીના ઝાડામાં ખીલાંના ગર્ભ  
સાથે; સૂકા હરસમાં ગોળસાથે; દૂઝતા અર્શમાં ઈંદ્રિજવ સાથે; સાપના  
દંશ ઉપર સરસડાની છાલના ક્વાથસાથે; કમરનો દુઃખાવો, વા વગેરેમાં  
લસણના રસસાથે; છાતીમાંથી પડતા લોહીમાં અરકુસાના રસસાથે; કાક-  
ચીઆના બૂકાસાથે; બધી જાતના તાવમાં, માથાનો દુઃખાવો તથા આ-  
દાશીશીમાં જાયફળસાથે; પેટના કૃમિ-જીવડામાં વાવડીંગના ચૂર્ણસાથે;  
સુવારોગમાં ત્રિકટુના ચૂર્ણસાથે; મૂત્રકૃચ્છ્રમાં જવખારના બૂકાસાથે; ગુ-  
લ્મવાયુમાં વડાગરા મીઠાના બૂકાસાથે અને સુકૃપ્રમેહમાં ગોખરના ચૂર્ણ-  
સાથે છાશ લેવી. દાદર અને ખસમાં કુંવાડીઆના ખીજસાથે વાટી લેપ કરવો.

ઉપરનાં અનુપાન અથવા ઓસડીઆં સાથે છાશનો ઉપયોગ કરવાથી  
તે તે વ્યાધિ મટે છે. તે ઉપરાંત સ્ત્રી, બાળક, યુવાન, વૃદ્ધ, રોગી,  
નિરોગી સર્વને સામાન્ય રીતે સર્વ દેશકાળમાં પથ્યરૂપ છે; તેથીજ તેને  
મતૃયલોકસુધા નામ આપેલ છે. છાશ જ્યારે એવા એવા ફાયદા આપે  
છે, ત્યારે અર્વાચીન સુધરેલાં પીણાં તે તે રોગોને ઉત્પન્ન કરનારાં તથા  
અનેક રોગોનાં ખીજ આરોપણ કરી માનવશરીરને હીન દશાએ પહોં-  
ચાડનારાં માલમ પડે છે. સુધરેલાં પીણાં પીનારા વર્ગને સ્વપ્ને પણ  
અનુભવ નહિ હોય કે કંકડીને લાગતી બૂખ કેવી હશે !



જે સુખ અને શરીરખળનો અનુભવ, એક ગરીબ કે સામાન્ય સ્થિતિનો માણસ બાજુનો ટાઢો રોટલો અને છાશ કે ખીચડીનો ખાનારો જે આનંદ અને આરોગ્ય મેળવી શકતો હશે, તે સુખ ને આરોગ્ય દિવસમાં ત્રણ ચાર વખત ચા, કૌરી, કોકોના ઉકાળા અને સોડાના બાટલા ચઢાવનારા મેળવી શકતા હશે?

## ૭૧—કિંમત અંગ્રેજીની કે શાની ગણાય?

(‘નવજીવન’ તા. ૨૭-૪-૨૪માંથી. લેખક—મહાત્મા ગાંધીજી)

મોટી જવાબદારીનો હોદ્દો ભોગવવાને સારૂ અંગ્રેજી ભાષાનું કે ખીજું ભારે અક્ષરજ્ઞાન હોવાની જરૂર હોય છે; તેના કરતાં ધણી વધારે જરૂર તો સચ્ચાઇ, શાંતિ, સહનશીલતા, દૃઢતા, સમયસૂચકતા, હિંમત અને વ્યવહારબુદ્ધિની હોય છે. આ ન હોય ત્યાં સારામાં સારા અક્ષરજ્ઞાનની સામાજિક કામમાં દુકાનીભર પણ કિંમત નથી હોતી.

## ૭૨—“આગળ ધસો”માંથી સોનેરી વચનો

“મને વખત મળતો નથી, મને તક મળતી નથી, એવું કોઇ મહાન કાર્ય કરનાર કહેતો નથી. ‘તક મળતી નથી’ એ નખળા અને અદૃઢ મનુષ્યોનું જ હમેશનું બહાનું છે. દરેક મનુષ્યને જીવનમાં અનેક તક મળે છે.”

“માણસ ઝુંપડીમાં જન્મેલો હોય કે મહેલમાં જન્મેલો હોય, તે કાંઈ મહત્ત્વનું નથી. દૃઢ હેતુનો આવેશ તેનામાં હશે અને તે સ્વાશ્રય રાખશે તો માણસ, દેવ કે દાનવ પણ તેને આગળ વધતાં ચટકાવી શકશે નહિ!”

“તમારે શું કરવું તે વિષે જગત કંઈ કહેતું નથી; પણ તમે જે કાંઈ માથે લો તેમાં સર્વોપરી—શ્રેષ્ઠ બનો, એમ તેનું કહેવું છે. પહેલા વર્ગના ભલે ઉચ્ચકનાર થવું, પણ કોઈ પણ કામમાં ખીજા વર્ગમાં

આવડું નહિ; એમાં ખરી ફતેહ રહેલી છે.”

x                      x                      x                      x                      x

“તમે શું જાણો છો અગર તમે કોણ છો, તે હાલના જમાના-માં પૂછવામાં આવશે નહિ. તમે શું કરી શકો એમ છો, તેજ આ જમાનાનો પ્રશ્ન છે.”

## ૭૩-કયા જર્મની ભારત કા ઉપનિવેશ થા?

( ‘મતવાલા’ તા. ૫-૧૨-૨૫; શિક્ષા-પટના )

“જર્મન” શબ્દ “શર્મન” કા અપભ્રંશ છે. ‘શર્મન’ મેં ‘શ્ર’ ‘હિંસાયામ્’ ધાતુ છે, જિસકા અર્થ છે મારકાટ. પ્રાચીન સમય મેં બ્રાહ્મણ અપની ધર્મરક્ષા કે લિયે યુદ્ધ કરતે થે, ઉસ સમય ઉનકા નામ ‘શર્મા’ અર્થાત્ ધર્મચોદ્ધા પડા. જર્મની મેં બ્રાહ્મણોં કી એક મંડલી ગયી થી. ઉસીકી ‘શર્મા’ ઉપાધિ કે અનુસાર જર્મની કા યહ નામ પ્રસિદ્ધ હુઆ. ઉચ્ચારણ કી શિથિલતા સે ‘શ’ કા ‘જ’ હો ગયા. દોનોં અક્ષર તાલુ સે હી બોલે જાતે હૈં. જર્મનોં કે ઇતિહાસ મેં લિખા હૈ કિ, વે ‘મૈન’ અર્થાત્ મનુ કી સંતાન હૈ. ભોર કા ઉઠકર હાથ-મુંહ ધોના ભારતીય આચાર હૈ. જર્મની મેં યહ પ્રથા હૈ. પહલે વહાં શિખા કી તરહ કેશ બાંધતે થે. રોમ-ઇતિહાસલેખક ટાસીટસ ને અપને ઇતિહાસ મેં જર્મનોં કે શિખાબંધન કી ચર્ચા કી હૈ. બહુતોં કી ધારણા હૈ જર્મન અપને પૂર્વજોં કે ભારતીય સંસ્કાર કે કારણ હી સંસ્કૃત ભાષા કે પ્રેમી હોતે હૈં.

## ૭૪-જરા નેપોલિયન તરફ પણ જોશો ?

( “મહાન નેપોલિયન” માંથી )

“નેપોલિયન મુસાફરી દરમિયાન પોતાની સાથે ગાડું ભરાય તે-ટલાં પુસ્તકો રાખતો અને બે-પાંચ મિનિટનો અવકાશ મળતાં પણ કાંઈક વાંચી લેતો.”

“સાહિત્ય, વિજ્ઞાન કે ધર્મ-કોઈ પણ વિષયને લગતાં જે જે

નવાં પુસ્તકો દેશમાં પ્રકટ થતાં તેની નકલ તે અવશ્ય ખરીદતો. તેના-  
પર (મુસાફરીદરમિયાન ઘોડાગાડીમાં) આંખ ફેરવી જતો; અને જે પુ-  
સ્તક તેને નિરુપયોગી જેવું લાગતું તેને તે ચાલતી ગાડીએ ખારીમાંથી  
ફેંકી દેતો; અને આ રીતે કાગળોની કાપલીઓ તથા માર્ગમાં વેરાતાં  
પુસ્તકો ઉપરથી તે કંચે રસ્તેથી ગયો હશે તે જણાઇ આવતું હતું.”

## ૭૫—શૂરવીર પતિને મહાસતીની ભેટ

( “ગાંડીવ” તા. ૧૪-૩-૨૬નું મુખપૃષ્ઠ )

માત્ર ગઇ કાલેજ તેમનાં લગ્ન થયેલાં. હાથનાં મીંઢળ તો જાણે  
હજી છૂટયાંજ ન હતાં, પીડીની પીળાશ જાણે હજી શરીરપર આછી  
આછી છવાઇ રહી હતી, ત્યાં તો ઉમળકાલયાં એ પતિદેવને—મેવાડ-  
ના શરૂ સરદાર ચંદાવત રત્નસિંહને યુદ્ધનાં કહેણ આપ્યાં.

શરીરે યુદ્ધના વાધા સજી, ભેઠપર તલવાર લટકાવી કંઈક ઉદાસ-  
ચિત્તે ગઇ કાલેજ પરણી આણેલી નવજેખના નવોઢાની રજા લેવા  
સરદારે રણવાસમાં પ્રવેશ કર્યો.

યુદ્ધના વાધા જોઈ આંખના પલકારામાં ચંદ્રમુખી બધું સમજી  
ગઈ. ક્ષત્રિયની કુંવરીને યુદ્ધની શી નવાઇ ? પણ એક મહાઆશ્ચર્યે ચંદ્ર-  
મુખીના હૃદયમાં તુમુલ યુદ્ધ જગાવ્યું—ચંદાવતજીને યુદ્ધે જતાં વદનપર  
આ શી ઉદાસીનતા ? મરણીઆ ક્ષત્રિયને રણે ચઢતાં ક્ષોભ કેવો ?

રૂપેરી ઘંટડી રણકે તેમ ચંદ્રમુખીએ નાથને સાદ કર્યો:—“સ્વામીન !  
સ્વપ્ને ન ચિંતવી શકાય એવું આ એક જગતનું મહાઆશ્ચર્ય આજે  
લાળું છું. ચંદાવતોને સરદાર રણે ચઢે તે વેળા તેને હૈયે ક્ષોભ હોય ?  
તેનો આત્મા આમ નિસાસા નાખે ? અસંભવ ! અસંભવ ! ! એ મહા  
આશ્ચર્યોનું આશ્ચર્ય, નાથ ! સમજવશો ?”

ચંદાવતના મુખપરની રેખાઓ સહેજ ઘેરી બની: “રાણીજી ! એમાં  
શું આશ્ચર્ય ? હજી હમણાં મીંઢળેય નથી છૂટયાં. હજી આપણી પીડી પણ  
નથી ઉતરી ! ત્યાં આવો પ્રસંગ ! રાણીજી ! યુદ્ધે જતાં હું નથી કંપતો,

નથી ડરતો, નથી ગભરાતો; પણ હું હથેળીમાં માફ માથું લઇને જઈ તે ટાણે, રાણીજી ! તમારી સંભાળ કોણ લેશે ?”

‘સંભાળ ?’ તે વીરક્ષત્રાણિ તરૂકી : “રાજપૂતની કન્યાની સંભાળ કેવી ? મારી સંભાળ લેનાર હું સિંહણ જેવી ખેઠેલી છું. નાથ ! સુખેથી પધારો. જે અનાથ બાળાએ પોતાનો ઉદ્ધાર કરવા કાજે રાણાજીને સંદેશ પાઠવ્યા છે, તેની સહાયમાટે આપ ભલે પધારો. યશના આવા પ્રસંગ જાહેરા હાથ નથી આવતા. પધારો અને મેવાડની તથા ચંદાવતની કીર્તિને તેજવંતી કરો ! ”

“તેજવંતીજ રહેશે, રાણીજી ! સહુબરના તે સરદારોની અક્ષય કીર્તિ ! એકજ શબ્દ ઉચ્ચારું છું. મારા પ્રયાણકાળે મારી એકજ સૂચના છે. રાણીજી ! ચંદાવતોના આ પરમ કીર્તિશાળી કુળની પ્રતિભામયી કીર્તિને જાંખ લાગે એવું કશુંય આચરણ ન બને.”

“એ શું ? નાથ ! હાડાની કન્યા પોતાનો સ્વધર્મ નથી સમજતી ? તમે પૂર્ણ શાંતિથી યુદ્ધે સિધાવો. ”

પતીપત્નીએ-ગઈ કાલેજ પરણેલાં એ નરનારે એકબીજાની વિદાય લીધી. જાણે છેલ્લીજ વાર ન હોય તેમ બંને એકબીજાને ભેટ્યાં ને હૃદયદાન દીધાં-લીધાં; ને છેલ્લું ચુંબન દેતી વેળા રત્નસિંહ બોલ્યા:- ‘જઈ’ છું, હાડીજી ! મેં કહી તે વાત બ્યાનમાં રાખજો. તમારું સ્વત્વ.....!

સરદાર ગયા.

આખા શહેરમાં દુંદુભિનાદ થઈ રહ્યાં. રાણા રાજસિંહ એક અનાથ બાળાની વહારે જતા હતા. સાંજે શહેર ગાજી રહ્યું, નિશાનડંકા વાગ્યા અને સવારી ચાલી. નગરનાં નારીજનો જરખામાંથી, અગાશીમાંથી, બારીમાંથી એ વિજયયાત્રા નિહાળી રહ્યાં. હાડી ચંદ્રમુખી પોતાના જરખામાંથી, એ સાંજે દૃશ્ય જોઈ રહી.

સવારી સહેજ દૂર ભાગ્યેજ ગઈ હશે. હાડીરાણી જરખામાંજ ઉભી ઉભીએ દૃશ્યજોઈ રહી હતી. એવામાં પાછળ સાદ સંભળાયો:- ‘રાણીજી !’ રાણી પાછું ફરી જુએ છે તો પતિનો રાવત ઉભો હતો.

‘કેમ રાવત ?’ અશ્વમાંથી દિવાનખાનામાં આવી પ્રશ્નસૂચક આંખોએ ચંદ્રમુખીએ પૂછ્યું.

‘પ્રણામ, રાણીજી! સરદાર ગયા. જતાં જતાં એક વાત આપને સંભારવાનું મને કહેતા ગયા છે. રાણીજી! ચંદાવતોના કુળની કીર્તિને કશુંયે કલંક ન આવે, એ ધ્યાનમાં રાખજો. એટલા શબ્દો રત્નસિંહ-જીએ કહાવ્યા છે.’ રાવતે સંદેશે સુણાવ્યો.

હાય ! સરદારને આ શી લગની ! હાડી રાણીને રોમે રોમે સતીત્વ વ્યાપી ગયું:—‘રાવત ! તારા સરદારને એક વસતી ચિંતા લાગી છે. હાડી રાણી પોતાની ગેરહાજરીમાં શીલ કદાચ ન સાચવે એવી એ-મને ભ્રમણા લાગી છે; પણ હાડીના રુધિરનું એક એક બિંદુ ક્યાં તત્ત્વોમાંથી ધડાયું છે, તેની સરદારને ખબર નથી.’ ખાંટીએ લટકતી તલવાર હાડીએ ઉપાડી અને બોલી: “રાવત ! લ્યો, તમારા સરદારને કાળે યુદ્ધે જતી વખતની એક સરસ ભેટ તમને આપું છું; તે તમને આપવા લાઇ જજો. આ ભેટમાં એમની સર્વ ભ્રમણાઓનો સંપૂર્ણ જવાબ છે. લ્યો, આ ભેટ સરદારને દઇ દેજો.”

રાવત ‘હાં હાં’ કરતો આગળ ધસે તે પૂર્વે પેલી તલવાર હાડીના ગળાની આસપાસ ફરી વળી. સતીના શરીરમાંથી જાણે તેજની એક જવાળા પ્રગટી નીકળી. જૂદા પડેલા મસ્તકને એ ધડવિહોણા હાથે ઝાલી રાવતના હાથમાં આપ્યું અને પોતાનું છેલ્લું કર્તવ્ય બજાવીને એ ધડ ધબ દબને ભૂમિપર પડ્યું.

x x x x x

પોતાના હૃદયની એકજ નિર્જળતા કાળે ચંદાવત સરદારે પોશ પોશ આંસુ સાર્યાં; ને હાડીરાણીના એ મસ્તકને હૃદયદેશે સ્થાપવા તેમણે ચોટલા-વડે તેને ગળામાં ધારણ કર્યું. તે દિવસથી સ્વર્ગમાં આતુર નયને વાટ જોઇ રહેલી એ વીરાંગનાને ભેટવા તેનો પ્રાણ અંખી રહ્યો; ને—ને આત્મ-અભિદાનનો દૃઢ નિશ્ચય કરી યુદ્ધમાં તેમણે પોતાની આહુતિ આપી.

## ૭૬—એક કેળવણીકારનો અભિલાષ

(“નવયુગ” તા. ૨૦-૨-૨૫)

એક વર્ષ શિક્ષકનો ધંધો કર્યો. કેળવણીમાં કંઈક જાણવાનો દાવો પણ કર્યો. પ્રાથમિક શિક્ષણના ગુરૂવાડાભરેલા સવાલો ચર્ચા, માધ્યમિક શિક્ષકના સિદ્ધાંતો નક્કી કરવામાટે બહુ બહુ અખતરા કર્યા, કંઈએ તત્ત્વનિર્ણયો કર્યા અને કંઈએ પ્રયોગો પણ કર્યા. બધી મહેનતને પરિણામે એકજ સત્ય લાખ્યું છે.

આપણા દેશની દશા પલટાવવામાટે દરેક શિક્ષકે, દરેક શિક્ષણ-શાસ્ત્રીએ, દરેક કેળવણીકારે આપણા લોકસમૂહસુધી પહોંચી વળવું જોઈએ. ગમે તેટલી સંખ્યામાં અને ગમે તેટલી શાસ્ત્રીયતાવાળી નિશાળો ચલાવો; પરંતુ સમાજના કેટલા અંશને સ્પર્શી શકાશે? અને આપણી ખૂબી ક્યાંસુધી પહોંચે છે? લોકનાં ઝુંપડાંમાં તે સંભળાઈ છે? કેળવણી મારફત દેશનો ઉદ્ધાર ઇચ્છનારા આપણે કેળવણીને ક્યાંસુધી પહોંચાડી છે, તેનો ખ્યાલ આપણને નથી. આપણે તો સમાજના ઉપલા પડનેજ માત્ર સ્પર્શી શક્યા છીએ, લીતરમાં તો હજી એટલું બહું ભયું છે કે ત્યાં પહોંચી તેને નજરે નિહાળીએ ત્યારેજ ખરી ખબર પડે.

શિક્ષકે સ્થાવર-જંગમ બન્ને પ્રકારની નિશાળો ચલાવવી પડશે. ગામને ગાંદે તેની નિશાળ હોય તો પાણીને શેરડે પણ તેની નિશાળ હોય; ઢેડની શાળ પાસે તેની નિશાળ હોય તો ગામના દેવમંદિરે પણ તેની નિશાળ હોય; કણુખીની ગમાણમાં તેની નિશાળ ચાલે તો સાથે સાથે લુહારની કાઢે પણ હોયજ; ભંગી-ચમારના ફળીઆમાં તે નિશાળ દેખાય અને બ્રાહ્મણના યજ્ઞકુંડ પાસે પણ નજરે આવે. આમ હોવા છતાં પણ ગામને ચોરે ગામના છોકરાછોકરીઓને ભેગાં કરીને તે અક્ષર-જ્ઞાન પણ આપતોજ હોય.

શિક્ષક એટલે ગામડાનો સેવક, શિક્ષક એટલે ગામડાનું મુ-

ધરાધ ખાતું, શિક્ષક એટલે ગામડાની ફાર્ટ, શિક્ષક એટલે સ-  
માજસુધારક, શિક્ષક એટલે દેવમંદિરનો પૂજારી અને ધર્મગુરુ,  
શિક્ષક એટલે ભંગીનો ભાઈ અને ખેડૂતનો મિત્ર ! શિક્ષકની  
આ ભાવના આપણામાં જગશે ત્યારેજ કેળવણીદારા સ્વરાજ્ય લેવાનાં  
આપણાં સ્વપ્નાં સાચાં પડશે. પ્રભુ ! સર્વ શિક્ષકોમાં, સર્વ શિક્ષણ-  
શાસ્ત્રીઓમાં, સર્વ કેળવણીકારોમાં આ ભાવનાનો ઉદય કરો.

## ૭૭-જીવતા-જગતા જોગીઓ

( “સૌરાષ્ટ્ર,” તા. ૨૦-૨-૨૬ )

સ્વામી સર્વદાનંદજી

આ ઉત્સવની વિશિષ્ટતા એના સાધુસમુદાયમાં હતી. કોઈ વેદવ્યાસ  
જેવા લાગતા, કોઈ જ્ઞાનના કુખેર ભંડારી જેવા દીસતા. જેને વ-  
ચને વચને અમી ઝરતું, જેના વાક્યે વાક્યે શાસ્ત્રો સમજતાં એવા  
સ્વામી શ્રી સર્વદાનંદજીનાં વ્યાખ્યાન જેમણે જેમણે સાંભળ્યાં, તે ખ-  
ધાય, સારો દિવસ સૂર્યની ગરમીથી તપી ગયેલ ભૂમિને ચંદ્રિકાની  
શાંતિ મળે અને ખુશ ખુશ થાય તેમ, સર્વદાનંદજીની વાગ્ધારાથી તૃપ્ત  
થતા હતા; અને એ કોઈ રાજસંન્યાસી નહોતા. એ પુરુષને વસવાને  
ટંકારાની મહેલાત મળી હતી, પણ એ તો ત્યાગનો પૂજારી ! એ કહે  
કે, મારે તો આ મહેલાત ન ખપે, અમે સંન્યાસીને તો “શૈયા  
ભૂમિતલ.” ટંકારાની મહેલાત છોડી આર્યનગરના તંબુમાં એ અને  
એમની જમાત વસવા ચાલી. તંબુમાં આવી એ આરા કરે છે કે:-  
‘લૈયા પંદર પાવડા લાવો.’ ‘સ્વામીજી આપ એને શું કરશો ?’ ‘તારે  
શું અમે અહીં મક્કતનું ખીચકું ખાવા આવ્યા છીએ ? મંડપમાં પા-  
ણીનો તોટો છે, પણ ધરતી માતાનાં અમી કાંઈ તૃટયાં છે ? અમે બધા  
સંન્યાસીઓ નદીમાં વીરડા ગાળીશું અને ખાધેલું હક્ક કરીશું.’ નદીમાં  
ખે-ચાર વીરડા ગાળ્યા પછીજ એ સ્વામીએ નિરાંત કરી.

સર્વદાનંદજીના જ્ઞાનની સીમા નથી. એમની વાણીની મીઠાશનો જેમ

પાર નથી, તેમ એમની સાદાઈ પણ અપરંપાર છે. એમને ગુરુપા નથી જોઈતું. એમને રાજમાન્ય-લોકમાન્ય નથી થવું; એ તો જ્ઞાનનં પરબ માંડીને બેઠા છે! કોઈ બી આવો, કોઈ તૃષાતુર આવો, એ પર બનાં પાણી રાજ અને રૈયત સૌ કોઈને માટે એકસરખાં દુઃખહારી છે

### સ્વામી શ્રદ્ધાનંદજી

આર્યસમાજ સાધુ વળી રામાયણની કથા કરતા હશે? જગત પણ કેવું ભ્રમમાં ભ્રમનારું છે? આર્યસમાજ હોય એ તો રામાયણ અને મહા ભારતનો ભક્ત હોય. આર્યસમાજ એ આપણી આર્યતાને વિકસાવવા ખીલવવા જન્મ્યો છે અને રામાયણમાં-રામમાં, સીતામાં, લક્ષ્મણમાં અને ભરતમાં-જે આર્યતા છે એવી કયા ગ્રંથમાં કે કયા જીવનમાં છે? સંન્યાસ શ્રદ્ધાનંદજી એટલે રામાયણના અભ્યાસી, પૂજારી અને કથાકાર! સંસારમ અને સંસારોદ્ધારની પ્રવૃત્તિમાં શ્રદ્ધાનંદજીને આજે જે વેશ પહેરવો પડ્યું છે, તે ઉપરથી શ્રદ્ધાનંદજી એટલે રામાયણના અભ્યાસી એ વાત લોકને નવાઇભરી લાગતી હતી; પણ જ્યારે એમણે રામાયણનું રહસ્ય સમજાવ્યું, ત્યારે આખા સમુદાયમાં એટલી શાંતિ અને તૃપ્તિ હતી, કે શ્રોતાઓને એમજ થઈ ગયું કે, ટંકારામાં આપણું આવડું સફળ ઉતર્યું.

બાકી શ્રદ્ધાનંદજી એટલે તો નગ્ન સત્ય! એમની કડકાઈ એમના સદા ખીડેલા હોઠ અને ભાગ્યેજ સ્મિત કરતું મુખ કહી દે છે. જગત એ એક માયા છે. એ માયા ચાલ્યાજ કરવાની છે. એની આપણને શી ચિંતા છે? આપણે તો કોઈ પણ સ્થિતિમાં આનંદમાંજ રહેવું; એ પ્રકારની સદા હસતી મૂર્તિ સ્વામીજીની હતી. એ તો કોઈ જગતની વેદનાથી ત્રાસી ગયેલો, દુષ્ટોના નાશની લાખ હીકમતો ગોઠવતો મજબૂત ડગ ભરતો કોઈ પહાડ ચાલ્યો આવે, તેમ ટટાર ચાલ્યો આવતો પુરુષવર છે. કેટલાક બોલે છે ત્યારે બોલતા નથી લાગતા, રડતા લાગે છે! કેટલાક બોલતા નથી પણ હસતા લાગે છે! અંદરની આગને કોઈપણ ઉપાયે દાબી રાખતા બોલતા હોય અને જ્યારે બોલ નાખે, ત્યારે આગ વર્ષાવતા હોય એવા શ્રદ્ધાનંદજી લાગે છે.



‘સ્વામીજી ! બે શબ્દો ઉપદેશના સંભળાવે તો ઠીક !’ સભામાંના કેટલાક ક્ષત્રિયોએ ઈચ્છા બતાવી.

“હાં, હું સાંભળું તો છું કે, કાઠિયાવાડમાં ક્ષત્રિયો ધણા છે; પણ હું તો કયાંય ક્ષત્રિય બેતો નથી. ક્ષત્રિયોને મારે શું સંભળાવવું? આ તમારી આસપાસ તો બધી વાણીઆવટ હું બેઠ રહ્યો છું. ક્ષત્રી-વટ છે ક્યાં?” આપણા કાઠિયાવાડના માંધાતાએને પહેલે અપાટે સાફ સાફ કહી દેવાની-સભાસન્મુખ આમ બોલવાની હિંમત સંન્યા-સીજ કરી શકે અને તે પણ સ્વામી શ્રદ્ધાનંદજી કરી શકે. એ પુરુષ-નાં આ ભૂમિમાં પગલાં એ કાઠિયાવાડનું ભાગ્ય હતું. દુઃખની વાત એટલીજ બની કે, પોતાનો પ્રવાસ અત્રે લંબાવી શક્યા નહિ. એમ થયું હોત તો અવશ્ય એમનાં દર્શન અને ઉપદેશનો લાભ લઈ સૌ-રાષ્ટ્રે કૃતાર્થ થાત.

### ધન્ય યુવક ડૉક્ટર આનંદપ્રિયજી

ટંકારાના મહોત્સવમાં એક પુરુષ એવો હતો, કે જેના ચહેરા ઉપર નિર્દોષતા અને આનંદના બસ પુવારા ઉડતા છતાંયે, એની સાથે વાત કરે અગર એનું વ્યાખ્યાન સાંભળે તો જાણે કે એના અંતરમાં કોઈ કારમી વેદનાની આગ બળી રહી હતી; એનું સ્થૂલ બટુકકું-ના-નકકું હતું, પણ એની અંદર કોઈ પહાડી આત્મા વસી રહ્યો હોય એવું જાન એ કથની સાંભળી થયા વિના રહે નહિ. ઉંમરમાં એક જુવાનીઓ માત્ર હતો, પણ ભલભલા પ્રૌઢ મરદોને શોભાવે એવું સુંદર કાર્ય એણે એના ખાતે જમા કરાવ્યું છે. એ પુરુષ તે વડોદરાના પ્રખ્યાત તત્ત્વચિંતક અંલ-બેદારકે માસ્ટર આત્મારામજીના ચિરંજીવી ડૉક્ટર આનંદપ્રિયજી ! એમણે શુદ્ધિસંબંધમાં જે વ્યાખ્યાન સભામંડપમાં આપ્યું, તે સાંભળીને નામદર્શિ પણ પાનો ચઢે-અંધશ્રદ્ધાળુને પણ આંખો આવે એવું તેજસ્વી હંકીકત-વાળું કમકમાટી ઉત્પન્ન કરાવે તેવું હતું. મલબારના બે લાખ અસ્પૃશ્યોની તેણે વાત કરી. મલબારના અસ્પૃશ્યો કોઈ ઢેડબંગીઓ નથી. તેમાંથી તો હાઈકોર્ટના જડબે, વકીલો અને સ્કૂલમાસ્ટરોના થોકથોક નીકળ્યા

છે-અંગ્રેજી ભાષાના પડિતો પાડ્યા છે. બ્રાહ્મણ ચાલતો હોય તેનાથી ચાળીસ પુટના અંતરમાં આ લોકો આવી ન શકે, એવી રીતિ ત્યાં છે. સ્પર્શ કરવાની તો વાતજ શી ? પણ હિંદુ-આ કેળવાયેલો હિંદુ તેમની નજદીક આવી ન શકે, તેમના ઉપરના આ જીલ્લે એમને એટલા રોષમાં લાવી મૂક્યા કે કાં તો તે બધા આજે મુસલમાન હોત અને કાં તો તેઓ ખ્રિસ્તી હોત. આનંદપ્રિયજી ત્યાં બે માસ રખડી આવ્યા. આપણા બ્રાહ્મણોને પગે પડ્યા, તેમની પાસે રડી પડ્યા, હિંદુધર્મની વહારે આવવા આજીજીઓ કરી અને છેલ્લે એ અસ્પૃશ્યોને આર્યસમાજમાં લેવાની પદ્ધતિ જે સ્વામીશ્રી શ્રદ્ધાનંદજીએ નક્કી કરી તેનો પ્રચાર કરી, તે બે લાખ મનુષ્યોને હિંદુધર્મનો સાગ કરતા છોડાવ્યા. એ બધું કામ એ પચીસ વર્ષના જીવાનના હિસાબે છે. એ જીવાનને આપણાં સૌનાં વંદન હો !

## ૭૮-સૌરાષ્ટ્રનો સપૂત

(“રાષ્ટ્રશક્તિ” કરાંચી તા. ૧-૯-૨૫)

આદર્શ સુધારક મહર્ષિ દયાનંદ સરસ્વતીના પુનિત નામથી સૌરાષ્ટ્રનો શિક્ષિતવર્ગ ભાગ્યેજ અપરિચિત હોય. પરદેશી કેળવણીના પ્રચારથી ગુલામીમાં જકડાયેલી અશક્ત પ્રજાને સશક્ત બનાવવા તથા સ્વતંત્રતાના મંત્રો પઢાવવા, પ્રાચીન શિક્ષણપ્રણાલીને પોષતી ગુરુકુલાદિ રાષ્ટ્રીય સંસ્થાઓના પુનરુદ્ધારક એ પરમ યોગીથી ભાગ્યેજ કોઇ અજ્ઞાત હોય. અનેક ધર્મશાસ્ત્રોનાં મંથન કરી, સત્યાસત્યને તારવી સનાતન વૈદિક ધર્મ તથા ઈશ્વરના શુદ્ધ સ્વરૂપને સમજાવનારા એ ધર્મતત્ત્વવેત્તાથી કયો હતભાગ્ય અનુભવો હશે ? ચૌદ વર્ષની કુમળી વયે મૃત્યુની અસહ્ય વેદનાઓ નિહાળી, અમરત્વને પ્રાપ્ત કરવા, સાચા શંકરની શોધમાં ગૃહત્યાગ કરી વનવાસ વેડનાર એ બાલયોગી મૂળ-શંકરનું નામ સ્મરણ થતાં કેને રોમાંચ નહિ થતાં હોય ? બ્રહ્મચર્યની સાક્ષાત્ મૂર્તિસમા એ તપસ્વીના દિવ્ય તેજથી ક્યા અભિમાનીને

માન મૂકી, તેના ચરણનું શરણ નહિ શોધવું પડ્યું હોય ? ધર્મના મર્મને જાણનાર એ ધર્મધુરંધરના ઉપદેશામૃતથી ક્યા આર્યનું હૃદય નિઃસંદેહ બની ઈશ્વરપરાયણ નહિ થયું હોય ? કર્મયોગી કૃષ્ણ અને મર્યાદાપુરુષોત્તમ શ્રીરામના પુનિત ચરિત્રના ઉત્તમ આદર્શોનું સત્ય સ્વરૂપ સમજાવનાર એ સત્યમૂર્તિના ઉપદેશપર કાણ મુગ્ધ નહિ થયું હોય ? આર્તનાદ કરતી ગૌમાતાના બલિદાનથી અપવિત્ર બનેલી ભારતની પુણ્યભૂમિને પુનઃ દેવભૂમિ બનાવવા 'ગોકરુણાનિધિ' રચનાર એ કરુણાનિધિના પુણ્યકાર્યથી કોનું હૃદય પ્રસન્ન નહિ થયું હોય ? દયા અને આનંદના સાગરસમા દિવ્ય ગુણયુક્ત એ દેવ દયાનંદના દર્શન-માત્રથી પરાજિત થઇ, ક્યા દુશ્મને તે ચરણરજને સ્વમસ્તકે નહિ ચઢાવી હોય ? સ્વાસ્થ્યપ્રાપ્તિના સર્વમાન્ય સિદ્ધાંતોના પ્રથમ પ્રચારક એ આઘ રાષ્ટ્રનિર્માતાને કયો રાજયોગી (લીડર) પોતાના રાષ્ટ્રગુરુ કહી નહિ પુકારતો હોય ? લોકહિતનો સત્યોપદેશ કરતાં તેમના તરફથી પ્રસાદ-રૂપ મળેલા ઈંટ અને પથ્થરાદિના પ્રહારો તથા વિષની વિષમ વેદનારૂપી પુષ્પમાળાને હસતે મુખે દેહપર ધારણ કરનાર એ આદર્શ સહિષ્ણુનું કાણ ઉદાહરણ નહિ હોય ? એવા એવા અનેક દિવ્ય ગુણોથી વિભૂષિત એ અદ્વિતીય યોગીના પ્રાતઃસ્મરણીય નામથી કયો અજ્ઞ અજ્ઞાત હશે ? ટંકારા- (સૌરાષ્ટ્ર)માં જન્મ લઇ વેદટંકાર કરવાને સરજાયેલા એ તપસ્વીનું નામ સાંભળી ક્યા સૌરાષ્ટ્રવાસીનું મસ્તક ગર્વથી ઉન્નત નહિ થતું હોય ? છાતી વેંત વેંત નહિ ફૂલતી હોય ? આંખો હર્ષાશ્રુથી નહિ ઉભરાતી હોય ?

સૌરાષ્ટ્રવાસીઓ ! આજે ધર્મવેદીપર પોતાના આત્માનું બલિદાન દેનાર એ આપણી માતાના પનોતા પુત્રને આ અવતરીપર અવતર્યાને સો વર્ષ પૂરાં થાય છે. સૌરાષ્ટ્રનો એ વીરપુત્ર સ્વદેશબંધુઓનાજ હાથથી વિષપાન કરી સ્વર્ગે સીધાવ્યો છે. વીરપૂજમાં અપૂર્વ આનંદ માનતી સૌરાષ્ટ્રની પ્રજા શું એ પોતાના ધર્મવીરની પૂજા નહિ કરે ? તેના આત્મામાં આરાધન નહિ આદરે ? અને સૌરાષ્ટ્રના એ બ્રહ્મદેવો! તમે ? ઉચ્ચ ઔદીચ્ય કુળમાં અવતરી સમસ્ત બ્રાહ્મણકુળને દીપાવ-

નાર એ તમારા બ્રહ્મબંધુનું શ્રાદ્ધ શું નહિ કરો? તેના આત્માનાં તર્પણ નહિ આરંભો? પોતાના દેશબંધુ તરફ દુર્લક્ષ્ય રાખી શું સૌરાષ્ટ્ર ધર્મબ્રષ્ટ (અનડયુટીપુલ) થવાનું પાતક શિરપર વહોરશે? સૌરાષ્ટ્ર-વાસીઓ! સુખનિદ્રામાં ક્યાંસુધી સૂતા રહેશે?

## ૭૯-કેટલીક ધરાણુ બાબતોનું જ્ઞાન

(‘ચાંદ’ નવેમ્બર ૧૯૨૫ ઉપરથી અનુવાદ)

માખો નસાડવાનો ઉપાય:-આનાં સૂકાં પાનને બળતા અંગારા ઉપર બાળવાથી માખો જતી રહે છે.

ખાસડાંનો ડંખ:-જોડો કોઈ કારણથી ડંખે તો એક વાસણમાં એરંડિયું રાખીને તેમાં મૂકવો. એરંડિયું ચૂસી લીધા પછી તે ઠીક થઈ જશે.

લીંબુનો રસ:-લીંબુને ચીરતા પહેલાં થોડી વાર ગરમ પાણીમાં મૂકી રાખવાથી તેમાંથી વધારે રસ નીકળશે.

માકણનો અને ઠંડકનો ઉપાય:-ગાદીતકીઆ ભરતી વખતે ૩માં થોડું કપૂર ભેળવવાથી ગરમીના દિવસોમાં તે ઠંડા રહેશે અને તેમાં માકણ પણ થશે નહિ.

મીઠું ઉઘાડું ન રાખવું:-મીઠાને હમેશાં ઢાંકીનેજ રાખવું જોઈએ. મીઠા ઉપર ધરોળી બેસવાથી તે મીઠું ખાનારને કોઠ થાય છે.

શાહીના ડાઘ:-લુગડાપર શાહીથી પડેલા ડાઘ તાજા હોય તો તેના ઉપર બારીક વાટેલું મીઠું ભભરાવીને લીંબુની ફાડ ધસવાથી તે સહેલાઈથી જતા રહે છે.

કાચનું વાસણ ફાટે નહિ તે માટે:-કાચના વાસણમાં ગરમ ચીજ રાખવી હોય તો તેની નીચે પાણીમાં ભીંજવેલું કપડું મૂકવું જોઈએ. આથી કાચનું વાસણ ફાટી જતું નથી.

ચાકની ભૂકીવડે થતી સફાઈ:-હારમોનિયમ કે પિયાનાના પરદા સાફ કરવા હોય તો તે પર ફ્રેંચ ચાકની ઝીણી ભૂકી ધસવી.

ધાતુના વાસણની સફાઈ:-શાણી સ્ત્રીઓ નીચોવેલાં લીંબુની

હાલ ફેંકી દેતી નથી, પરંતુ તે હાલને મીઠા સાથે વાટીને તેનાથી તાંબાપિત્તળની વસ્તુઓ સાફ કરે છે.

**લીંબુથી જોડાની સફાઈ:**—પૂના લેધરના જોડાપર પણ લીંબુ- (નીચોવેલાં)ની હાલ ધસીને લુગડાવતી સાફ કરીએ તો જોડા સાફ (પૉલીશ) થઈ જાય છે.

**શાકભાજીની લહેજત:**—શાકભાજી ચઢતી વખતેજ એક ચમચો ખાંડ નાખી દઈએ તો તેમાં અપૂર્વ લહેજત આવે છે.

**મધની પરીક્ષા:**—પાણીમાં મધનું ટીપું નાખીએ અને ફેલાઈ ન જાય અને એમનું એમજ રહે તો જાણવું કે તે સાચું છે, નહિ તો ખનાવટી જાણવું.

**સોનાના દગાની પરીક્ષા:**—સોનાનાં ધરેણાંપર નાઇટ્રિક એસીડનાં બે ટીપાં નાખતાંવેંતજ જો ઘોળો ડાઘ પડી જાય તો જાણવું કે સોનાએ પોતાની કારીગરી અજમાવી છે—અર્થાત્ સોનામાં ભેળ સમજવો.

**અત્તરની પરીક્ષા:**—કાગળપર અત્તરનાં બે ટીપાં નાખી તેને જરા અગ્નિપર શેકવો; જો ડાઘ ઉડી જાય તો જાણવું કે અત્તર ખરું છે અને જો ડાઘ રહે તો જાણવું કે અત્તર ખનાવટી છે.

**હીંગની પરખ:**—હીંગ અગ્નિમાં નાખતાંવેંતજ લલકરી ઉઠે તો જાણવું કે સાચી છે; પણ જરા વાર પછી ધૂમાડો નીકળે તો જાણવું કે ખનાવટી છે.

**કેસરની પરખ:**—સંસ્કૃતિક એસીડમાં કેસર નાખતાંજ તેનો રંગ કાળો થઈને લાલ થઈ જાય તો જાણવું કે સાચું છે; પણ જો લીલો થાય તો ખનાવટી સમજવું.

**ટાંક અને સોય માટે:**—હોલ્ડરની ટાંક અને સોય બરાબર કામ ન આવે તો તેને દીવાસળી સળગાવી જરા બાંચ આપવી એટલે તુરત કામ આપશે.

**શાહીના ડાઘ:**—શાહીના ડાઘ ઉપર રાંધેલા ચોખા ધસવાથી તે સહેલાઈથી જતા રહે છે.

**માકણ નસાડવાનો ઉપાય:**—ખાટલાના ચારે પાંચે કપૂરની પોટલી

કે ટસુનાં ફૂલ વા અજમો બાંધવાથી માકણુ પલાયન કરી જાય છે.

ઉંદર નસાડવાનો ઉપાય:-ટર્પેન્ટાઈન તેલમાં છુચને ભીંજવી ઉંદરના દર પાસે મૂકીએ તો ઉંદરમામા પલાયન કરી જાય છે.

કાચની સફાઈ:-ચાર શેર ઉના પાણીમાં એક મોટો ચમચો ધાસ્તેલ નાખી બરાબર મેળવીને તે પાણીથી બારી-બારણાં તથા શીશા-શીશીઓ ધોવાથી તે બરાબર સાફ અને તેજદાર થાય છે.

## ૮૦-કેટલીક ઘરઘતુ દવાઓ

(જન્યુઆરી, ૧૯૨૫ના “લાયોદય”માં લેખક-કે. સી. મહેતા.)

કોઈ પણ પ્રકારના તાવ ઉપર:-સાત પાંદડાં તુલસી અને સાત કાળાં મરી સવારે પાણીમાં વાટીને પીવાથી અવશ્ય તાવ ઉતરી જશે.

ચોથીઓ તાવ:-બાવળનાં પાંદડાં સુધવાથી ચોથે દિવસે આવનારો તાવ ઉતરી જશે.

ખેગથી બચાવવાવાળી ગોળીઓ:-લીમડાનાં પાંદડાં ૨ તોલા, સુંઠ, મરી, પીપર, સિંધાલુણુ, સંચળ, જીરું અને કાળુંજીરું, આ દરેક અડેક તોલો અને હીંગ છ માસા, આ સર્વને ખાંડીને ચાળી લીંબુના રસમાં ખરલ કરીને ચણીબોરની બરાબર ગોળીઓ બનાવી રાખવી. આમાંથી રોજ ત્રણ ગોળીઓ સવાર, બપોરે અને સાંજે સેવન કરવાથી ખેગથી રક્ષા થાય છે.

ઢાંત કઢાવવા બાદ જો દર્દ થાય તો મીઠું પાણીમાં ઓગાળીને કોગળા કરાવવાથી દર્દ બંધ થશે.

બાળકના દસ્ત(જાડા) બંધ કરવા:-જરાક જેટલા ડુંગળીના રસમાં બાજરીની બરાબર અશીણુ ઘોળીને આપવાથી બંધ થશે.

બાળકના ઠાઠીઆ તાવપર:-કાળી તુલસીનાં ચાર પાંદડાં, બાવળનાં ચાર પાંદડાં અને અજમો એક માસો, આ બધાને પાણીમાં ઉકાળીને ઠંડુ કરી જવરના ચઢવા પહેલાં પાવાથી બાળકોનો તાવ ઉતરી જાય છે.

**જીલાખ લેવો:-**૩ થી ૧૦ વર્ષના બાળકમાટે એક તોલા એપ્સમ સોલ્ટ (વિલાયતી મીઠું) પાણીમાં પાવું. દશથી પચ્ચીસ વર્ષના નવ-યુવકો માટે દોઢ યા બે તોલા અને પચ્ચીસથી ૧૦૦ વર્ષના પુરુષોમાટે અઢી તોલા લેવું.

**પાચનશક્તિ વધે:-**જમ્યા પહેલાં સિંધાલુણુ અને આદુ ખાવાથી પાચનશક્તિ વધે છે, ખાવાની રુચિ વધે છે; કંદ, જીભ અને મુખની શુદ્ધિ થાય છે.

**પાચક ચૂર્ણ:-**મુંઠ બે તોલા, વરિયાળા બે તોલા, કાળાં મરી બે તોલા, પીપર એક તોલા, સાંભરલુણુ બે તોલા, સંચળ બે તોલા, સૂકો પુદીનો બે તોલા, તજ બે તોલા, ટંકણુખાર (પુલાવેલો) બે તોલા અને નવસાગર બે તોલા, આ બધાને વાટી, ચાળીને ચૂર્ણ કરી પછી તેમાં ૧ માસો પીપરમીટનું સત્ત્વ મેળવીને શીશીમાં ભરી ઘુચ લગાવીને રહેવા દેવું. આની એક માસાની માત્રા ભોજનની બાદ બન્ને વખત સેવન કરવાથી અજીર્ણનો નાશ થાય છે, ક્ષુધા વધે છે અને અન્નનું પાચન થઇને દસ્ત સાફ આવે છે.

**ભૂખ ન લાગે તેનો ઉપાય:-**શેકેલી રાઈ, પુલાવેલી હીંગ, શેકેલી મુંઠ, શેકેલું જીરું અને સિંધાલુણુ, અંદાજથી દહીંમાં નાખી ખૂબ હલાવવું અને પછી સેવન કરવું.

જો સરસવનું તેલ અને ખારીક સિંધાલુણુ રોજ દાંતોપર ધસવામાં આવે તો દાંતના ઉપરના ભાગમાં કેઈ રોજ થતો નથી.

**દેવતાથી દાઝ્યાપર:-**કાચો બટાટો વાટીને મલમલના ટુકડાપર પાથરીને તેની પટ્ટી બાંધવાથી આરામ થાય છે. લીમડાની છાલ બાળીને તેની રાખ ધાવપર લગાડી દેવાથી પણ દાઝેલો ભાગ ઠીક થઈ જાય છે.

**કમ્મરનું દર્દ:-**ગુગળ બે ભાગ અને કાળાં મરી એક ભાગ વાટીને લગાડવાથી કમ્મરનું દર્દ સાફ થઈ જાય છે.

**ઉલટી:-**ચોખાના ધોવરામણમાં જરાક જાયફળ વાટીને પાવાથી ઉલટી બંધ થઈ જાય છે.

હડતાલનો ધૂમાડો આપવાથી વીંછી નથી રહેતા.

કાનખજુરો કાનમાં ગયો હોય તો મીઠાનું પાણી કાનમાં નાખવું ખસ થઈ હોય તો આંખનાનું ચૂર્ણ મધમાં મેળવીને ખાવું.

ખીલ જો થવાનો હોય તો લવિંગ યા કાળું મરી પાણીમાં વાટ લગાડવાથી ખીલ જોર નહિ પકડે.

નખમાં વાગવાથી તે ઉતરી ગયો હોય તો ગરમ પાણીની ધા છોડવાથી દરદ મટી જશે.

નસ્કેરી કુટી હોય તો માટીને પાણીમાં નાખીને સુધવાથી બંધ થશે ઉંદરના ઝેરપર પાણીમાં અરીસુ ધસીને લેપ કરવાથી આરામ થશે સારીરપર કોઈ ઠંડાણે માંકડી કુકડી મૂતરી ગઈ હોય તો કેરીન ખટાઈ પાણીમાં ધસીને ચોપડવાથી આરામ થઈ જાય છે.

વાઈ આવતી હોય તો અરીડું પાણીમાં ધસીને બે-ચાર ટીપ નાકમાં નાખવાથી છીંક આવીને આરામ થાય છે.

માથામાં દર્દ થતું હોય તો બદામ ધસીને લેપ કરવો.

( નીચલા ઉપચાર હિંદી ઉપરથી આપેલા છે. )

મરડાનો ( જાડા સાથે લોહી-પર પડે છે તેનો ) ઉપાય:- કડાછાલ તોલા ૪) અને સુંઠ તોલો ૧) તેનું ખારીક ચૂર્ણ કરીને તેમાંથી દિવસમાં બે થી ત્રણ વાર પા પા તોલો છાશ સાથે ઉતાર જવું. છાશ ન મળે તો પાણી પણ ચાલશે. આનો ખીજો ઉપાય:- વરિયાળી તોલા ૧૦; સુંઠ તોલા ૨૦, હીમજ તોલા ૫; આ સર્વનું ભેગું ખારીક ચૂર્ણ તોલો ૦૧ થી ૦૧૧ સુધી દિવસમાં બે વખત તાજ પાણી સાથે ઉતારી જવું.

આંખોનો ઉપાય:-ફટકડી, સાકર અને સિંધવ, એ ત્રણે અંકે તોલો લઈ ખારીક કરવી. પછી ગુલાબનું પાણી (અને તે ન મળે તે પછી સ્વચ્છ પાણી) તોલા ૪૦)માં તે નાખીને ઓગળી જાય એટલે જાડે કપડે ગાળી લઈ સ્વચ્છ શીશીમાં ભરી રાખવું. બંને વખત એનાં બન્ને ત્રણત્રણ ટીપાં આંખોમાં નાખવાથી આંખો દુઃખવી



આંખોની દુર્બળતા, આંધળાપણું વગેરે રોગોમાં ફાયદો થાય છે.

**દુઃખતા દાંતનો ઉપાય:**—આંખાહળદર તોલો ૦૧, સાધારણ હળદર તો. ૦૧, ફટકડી તો. ૦૧, સિંધવખાર તો. ૦૧, આ ચારેનું ખારીક ચૂર્ણ કરીને તેમાંથી એક માસો ચૂર્ણ લઈને લીંબુની ચીરી ઉપર નાખવું. પછી તે ચીરીને ગરમ કરીને પછી તે ચીરી દુઃખતા દાંતની નીચે દબાવીને રાળનું ટપકું દેવું. બે-ત્રણ દિવસ એ પ્રમાણે કરવાથી દાંતનું દરદ દર થઈ જાય છે.

**અજીર્ણ, મંદાગ્નિ, આફરો અને કબજાઆત ઉપર લાલ-દાયક ગોળીઓ:**—લસણની કળીઓ, સફેદ જીરું, સિંધવ, સુંઠ, કાળાં મરી, પીપર, શુદ્ધ ગંધક, આ દરેક પાંચ તોલા અને હીંગ તોલો ૦૧૧૧, આ સર્વનું ખારીક ચૂર્ણ કરીને લીંબુના રસમાં તેની ગોળીઓ બનાવી છાંયે સૂકવી લેવી.

**સર્વ પ્રકારની ખાંસીનો ઉપાય:**—કાળાં મરી તોલા ૧૦, બહેડાંની છાલ તોલા ૧૦, લવિંગ તોલા ૧૦, કાથો તોલા ૩૦—આ સર્વનું વચ્ચગાળ ચૂર્ણ બનાવી ખાવળની છાલના ઉકાળામાં તેની ગોળીઓ ચણા ચણા જેવડી કરવી અને છાંયે સૂકવી લેવી. આ ગોળીઓ મોઢામાં નાખીને ચાવવી નહિ, પણ ચૂસીને ઓગળે તેમ ગળે ઉતારતા રહેવું. આથી સર્વ પ્રકારની ખાંસી મટે છે.

**ઉત્તમ દાંતમંજન:**—૧—(દાલચીની) તજની ભૂકી તોલા ૪, ૨—અરીઠાંની ભૂકી (ખીજવગરનું) તો. ૧, ૩—ફટકડીની ભૂકી તો. ૦૧, ૪—કાથાની ભૂકી તો. ૨, ૫—પીપરમીટ રતી ૧૦, ૬—અજમાનાં ફૂલ રતી ૧૦, ૭—કપૂર રતી ૨૦, ૮—ધલાયચીના કણુની ભૂકી તોલો ૧), ૯—તજનું તેલ માસા ૪, ૧૦—સફેતાનો—ચાકનો ખારીક ભૂકો તો ૩૬); ઉપલામાંની ૧-૨-૩-૪-૮ એ પ્રથમ ખરાબર ભેગી કરવી. પછી ૫-૬-૭-૯ એ ચીજો ખારીક કરીને ઉપલી ચીજોમાં મેળવવી. પછી સફેતાના આપેલા ખારીક ભૂકામાં એ બધું ખરાબર ભેગું કરી દેવું.

આ દાંતમંજન દાંતોની ઉપરના તેમજ એક ખીજની વચ્ચે ભરાતા

મેલ તથા જતુઓને સાફ કરે છે.

( નીચેના ઉપાય “વૈદ્યકલ્પતરુ” માંથી આપેલા છે. )

કબજાઆત મટાડવામાટે “દાડમપાક” નીચે જણાવ્યા પ્રમાણે બનાવીને ખાવાથી પરદેશી વિલાયતી ભુલાખની ગોળીઓની માફક અવગુણ બીલકુલ થતો નથી. તાજાં નવાં દાડમનાં બીજાં શેર ૦૧, કાળાં મરી બે તોલા, જીરું બે તોલા, લાલ સંચળ ૨ તોલા અને મોટી કાળાં દ્રાક્ષ બીજાં કાઢેલી શેર ૧. પહેલાં દાડમનાં બીજાંને ખૂબ ખારીક છુંદી તેમાં દ્રાક્ષને મેળવીને મસાલો પીસવાની પથ્થરની પાટ ઉપર રમડીને ચટણી જેવું બનાવવું. પછી તેમાં સંચળ મેળવી નાખ્યા બાદ, મરી તથા જીરું જૂદું કપડાણુ કરી સઘળાંને એકરસ કરવું. છેલ્લે આ “પાક”ની સોપારી જેવડી ગોળી કરી કાચના વાસણમાં ભરી રાખવી; અને જ્યારે જોઈએ સારે તેમાંથી એક ગોળી ચાવીને ખાધી હોય તો ખાણું હજમ થશે, ભૂખ સારી લાગશે, દસ્ત સાફ આવશે અને અજીર્ણ, વાયુનું દરદ તથા આમવાયુનો નાશ થશે.

કબજાઆતનો સહેલો ઉપાય:—જેઓને કેદાની કબજાઆતને લીધે ઘડી ઘડી માથું દુખવા આવતું હોય, તેઓએ યાદ રાખવું જોઈએ કે, જે લોકો ખાઈ-પીને એક ટેકાણે બેસી રહે છે, તેમનામાં ખાસ કરીને કબજાઆતની ફરિયાદ જોવામાં આવે છે. ન પચે એવો જડ ખોરાક ખાવાની જથ્થાની ખરાબીભરેલી ટેવથી પણ કબજાઆત થાય છે. કબજાઆતના સહેલા ઉપાયતરીકે ગરમ પાણીમાં લીંબુનો રસ જોડેલો લેવાય એટલો અથવા માફક આવે એટલો નાખી ગોળ કે મધ નાખી સવારના પહોરમાં પીવું. જૂનો ગોળ પ્રમાણુ જોઈ ખાવો તેથી પણ કબજાઆત તૂટે છે. “ઓલીવ ઑઇલ” અથવા “સેલેડ ઑઇલ” ખાવાના ખોરાકની સાથે હરવખત લેવાથી જથ્થાની કબજાઆતથી પીડાતા માણસોને અતિશય ફાયદો થાય છે.

( નીચેનું લખનાર-ડા० હુંસરાજ રવજી રાણાવાવવાળા )

હરસમાટે અકસીર અને વગર પૈસાની દવા:—હું પોતે હરસની

અમારીથી બહુજ પીડાતો હતો, ઘણા ઉપચારો કર્યા પણ આરામ થો નહિ. છેવટ રાણાવાવના વૈદ્ય પ્રભાશંકર દયારામની સલાહ છતાં તેમણે અતાવેલા ઉપચારોથી મને આરામ થયેલ છે. જરા પણ ભૂલ નથી. તદ્દન આરામ થયેલ છે.

ઉપચાર કરવાની રીત નીચે મુજબ:-પોતાના પેશાબથી હરસને રોજ ધોવા. દિશાએ (જંગલ) જતી વખત હરસ બહાર દેખાય તે અંતે પોતાના પેશાબથી ધોવામાં આવતાં થોડા દિવસમાં આરામ થાય છે.

પેશાબથી ધોયા બાદ ૧૦-૧૫ મિનિટ પછી સારા પાણીથી ધોવાથી બીજા થતી નથી. બહાર દેખાતા મસાને સારા પાણીથી ધોઈ પછી ઈંદર ખેસાડી દેવા. ત્યારબાદ નાહી-ધોઈ પવિત્ર ચર્મ પ્રભુભજનમાં પડાવું. હરસ બટકાં ભરે તો તે ઉપર દહીં ચોપડવું, તેમજ સવારે દહીં લું; દહીં ખાટું ન હોવું જોઈએ, તે ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું. જેટલું મેં નુભવ્યું છે તે લખી જણાવું છું. બાકી તો પરિણામ પ્રભુને હાથ છે. (નીચેનું 'ગુજરાતી' તા. ૧-૪-૨૬ માંથી લીધેલું છે. લેખક-

ચાર્જિક લક્ષ્મીરામ રામભાઈ-ધાંધળીવાળા)

આંખનાં કુલાંનો અકસીર ઉપાય:-આંખનાં દર્દો જેવાં કે, રી વળવી, ઝાંખ આવવી અને કૂલાંનું પડવું, એ બધાંને મટાડનારો ઉપાય ખાખરાનાં મૂળસિવાયનો બીજો પણ છે. ખાખરાનાં બીજો અર્ક શુદ્ધ રીતે કાઢનારા જવલ્લેજ છે. ખાખરાનાં ઝાડો કુંગર-થાય છે. ઘણી વખત એમ પણ બને છે કે, ખાખરા જ્યાં નીપ-તો ન હોય, ત્યાં ખાખરા મળવો મુશ્કેલ પડે છે. એ એકની કિંમત હારે થવા જાય છે, તેથી શ્રીમંતો મેળવી શકે; પણ ગરીબ નાણાંના અભાવે મેળવી શકતો નથી. એ તો સહેલો સટ, ઝટ થાય એવો ઉપાય છે કે, દરેક મનુષ્યને તે દવા આંખોને સારો દો કરી શકે અને જીવ કિંમતે મળી શકે તથા દર્દોને મટાડવા-અકસીર ઉપાયરૂપ બની શકે છે. સાખરનું શીંગડું, ગધેડાનો, વડાગરૂં લૂણ (મીકું) અને જૂનું અરીણુ મેળવવું. સાખરશીંગડા

અને ગધેડાના દાંતને તાંબાના વાસણ ઉપર ધસી, થયેલ ધસારો એક ચીનાઈ માટીના ગ્લાસમાં લઇ લેવો. તાંબાના વાસણપર જોઇએ તેવો ધસારો ન ઉતરે તો પછી પથ્થરપર તે બંને ધસવાં. પછી વડાગરૂં મીઠું અડદના દાણા જેટલું ધસીને તેમાં અરીણ નાખી મિશ્રણ કરી એ ચારે ચીજોનો ધસારો વાસણમાં એકંદર મિશ્ર કરીને વાદળાંવિનાને દિવસે બપોરે અર્ધો કલાક આંખની અંદરના પેદા અને ડોળાપર આંજણીની માફક આંજ સૂઈ રહેવું. એમ આંજવાથી ખાખરાના મૂળના અર્કનો ઉપયોગ કરતાં દર્દ ઓછું થઇ સાઈ થતાં જેટલો વખત લાગે છે, તે કરતાં થોડી મુદતમાંજ આરામ થઇ જશે અને ઉપરનાં તમામ દરદો નાબૂદ થઇ જશે. આમાં સારી ડીઝી મેળવેલા અનુભવી ડોક્ટરો અને દેશી વૈદ્યો મેળવી સેવન કરતાં પહેલાં સર્વે તવંગર અને ગરીબ જનસમાજને જરા અખતરો કરી જોવા અમારી વિનંતિ છે.

(નીચલા ઉપાય હિંદી “સ્રીચિકીત્સક” ઉપરથી છે.)

**બરોળમાં—**આકડાનાં પાકલાં ( પીળાં ) પાન અને સિંધાલુણ, એ બંનેને દેવતાપર બાળીને પછી પાણીની સાથે અથવા મધ સાથે રોજ ત્રણ માસા ખાતાં રહેવાથી રોગ દૂર થાય છે.

**ખુજલીમાં—**આંબળાનું ચૂર્ણ રોજ ત્રણ માસા મધ સાથે ખાવું.

**સ્રીઓનું ધાવણ વધારવામાટે—**મુનક્કા નામે મોટી દ્રાક્ષ વાટીને ઘીમાં મેળવી પીતા રહેવાથી વધારે દૂધ ઉતરે છે.

**અંડકોશ સૂજી આવવું—**એક તોલા ત્રિક્ષણાના કાઠામાં ગોમૂત્ર નાખીને પીવાથી તરત આરામ થશે.

**બહુમૂત્રમાં—**ઉમરડાનાં મૂળનું રોજ ત્રણ માસા મધસાથે સેવન કરવું.

**હરસમાં—**જાશમાં સિંધાલુણ નાખીને કેટલાક દિવસ સુધી લાગત પીતા રહેવાથી રોગ નાબૂદ થાય છે.

**હરસના મસામાં—**રસવત, ચિનિયુ કપૂરને વાસી પાણીમાં ધુટીને લેપ કરવો. કેટલાક દિવસ આ પ્રમાણે કરવાથી મસા સૂકાઇને આરામ થશે.

**ધાસ, ખાંસી, કફ—**કાયકળ, મોચ, ધાણા, ભારંગી, કાકડા-

શીંગી, પિત્તપાપડા, સુંઠ, વજ, હરડે, દેવદાર, રોહિસનાં ફૂલ-એ દરેક તોલા તોલાભાર લઇને સાત ભાગ કરવા અને એક ભાગનો કાઢો ખનાવી-ને પીવો. કાઢામાં એક શેર પાણીમાંથી નવટાંક પાણી રહે ત્યારે ઉ-તારી લેવો. પાણી ગરમ પીવું. કોષ્ટ પથુ જતની ખટાઈ, તેલ, ઘી, ગોળ તથા અડદની ચીને ન ખાવી.

ખરોળ ઉપર:-સુંઠ, કાળાં મરી, પીંપર અને સિંધાલુણ, સમ-ભાગે લઇને કપડછાણ કરી તેમાંથી બે પૈસાભાર ચૂર્ણ કુંવારપાઠાના ગર્ભમાં મેળવીને ગાયના ઘીની સાથે રોજ આપવું. તેનાથી ગોળા અને ખરોળ નાશુદ થાય છે.

છએ પ્રકારના અતિસાર ઉપર:-ભાંગરાનો રસ પાંચ પૈસાભાર સાત દિવસસુધી ગાયના દહીં સાથે આપવાથી સર્વ પ્રકારના અતિ-સાર નાશુદ થાય છે.

ખાળકોની ખાંસીમાટે:-જવખાર, અતિવિષની કળી, કાકડા-શીંગી, પીંપર, પુષ્કરમૂળ, એ સર્વાનું ચૂર્ણ મધની સાથે ચટાડવાથી ખાળકોની પાંચે જતની ખાંસી નાશુદ થાય છે.

શૂળ તથા પેટના સર્વ પ્રકારના વિકાર ઉપર:-કણ્ઠીનાં ખીજ બે તોલા, હીંગ ૦૧ તોલો, સંચળ બે તોલા, જીરું એક તોલો, અજમે એક તોલો, સુંઠ અર્ધો તોલો, પીંપર ૦૧ તોલો અને પુદીનો ૧ તોલો, એ બધાને વાટીને ઘીમાં એક એક માસાની ગોળી ખનાવવી. ગરમ પાણીસાથે તે આપવાથી શૂળ તથા પેટના ખીજ વિકારો નાશુદ થશે.

કાનના દર્દમાટે:-ઘેટાનું મૂત્ર, સિંધાલુણ અને લીમડાનાં પાન તલના તેલમાં પકાવીને કાનમાં નાખવાથી કણ્ઠશૂળ અને કાનના સજુકા બંધ થઈ જાય છે.

દાઢના દુઃખવા ઉપર:-વાવડીંગને ચલમમાં ભરીને તેની ધૂમાડી પીવાથી તેના ધૂમાડાને લીધે દુઃખાવો બંધ થશે અને કૃમી હશે તો તે પણ મરી જશે.

(નીચેના અનુભવસિદ્ધ ઉપાયો અમદાવાદના પ્રાંતિક વૈદ્ય-

સંપ્રેક્ષનમાં યેઘોએ બતાવેલા ઉપાયોમાંના રસાયણી ઉપાય પડ્યા મૂકીને “ભાગ્યેદય”ના પોષ-૧૮૮૨ના અંકમાંથી લીધા છે.)

તાવ:-અતિવિષ ૦૧ તોલો, સુરોખાર ૧ તોલો, બન્ને ભેગા વાટી લૂગડે ચાળી ચૂર્ણ બનાવી રાખવું. તેના ૩ ભાગ કરી મધની સાથે દિવસે તાવવાળા દરદીને ચટાડવું. ઉપર મગનું ઓસામણ આપવું, જેથી તાવ મટશે.

તાવ:-લવીંગ ૧ વાલ, મરી ૧ વાલ, લીંબોળી ૩ વાલ, એ બધું ખાંડી લીમડાના પાનના રસની અંદર ઘુંટી રતી રતીની ગોળીઓ બનાવવી. દિવસમાં ત્રણ વખત બખ્ખે ગોળી એમ ૭ ગોળી લેવી, જેથી તમામ જાતના તાવ મટે છે.

હિક્કા-હેડકી:-નેતર ધસી પાવલીબાર પીવાથી હિક્કા-હેડકી મટે છે. સાધારણ રીતે હેડકીનું જોર ૯ દિવસ રહે છે, તેમાં પેટની કબજાતની હિક્કા મટે છે. સન્નિપાતના તાવની હિક્કા અસાધ્ય ગણાય છે.

વીસ્ફોટકની ચાંદી:-બશેર વડાગરૂ મીઠું અને ત્રણ શેર લીંપવાની માટી, બન્નેને સરખે ભાગે લઘ સાત ગોળા બનાવવા. તેમાંના ૧ ગોળા લાલ થાય ત્યાંસુધી દેવતામાં તપાવવો, પછી તેને પાણીમાં ખૂંચાવી દેવો. તે જમકારેલું પાણી ગાળીને પાછ દેવું. ઉપર ઘી, સાકર ને રોટલી ખાવાં. સાત દિવસ પ્રયોગ કરવાથી વિસ્ફોટકની ચાંદીઓ મટી જાય છે.

રક્તપ્રદર:-ધાપાણની ભરમ ૧૧ તોલો, સાકર અને મધ સાથે આપવાથી રક્તપ્રદર મટી જાય છે.

રક્તપિત્ત:-જેંસની પાડીનું છાણ પાણીમાં પલાળીને ઠરવા દઇ તેનો રસ કાઢી તે લૂગડે ગાળી લઘ તે પાણી સાકર નાખી દિવસમાં બે-ત્રણ વખત પાવાથી લોહી પડતું બંધ થાય છે.

ગુમડાં:-સુંઠ, ઝેરકચોલું ને વજ, ત્રણે પાણીમાં ધસીને લેપ કરવો. પછી મકરોડનાં પાન (તે ન મળે તો આમલીનાં પાન કે નંગોડનાં પાન) છાશની પરાસમાં બાપી તેને ઝીણું વાટી લૂગદી કરી ત્રણ

ઉપર આંધી દેવાથી ત્રીજે દિવસે ત્રણ પાકી પડે નીકળી જશે. પછી તેના ઉપર શંખજીર વાટીને દબાવી દેવાથી રૂઝ આવી જશે.

આંખના રોગ:-જસતનાં ફૂલ ૧૦ તોલા, ૦૧ તોલો એલચીનાં ખી, ૦૧ તોલો સાકર, ખેઆનીભાર શુદ્ધ મોરચુથુ, ખેઆનીભાર આવળનો ગુંદર, એ બધાંને વાટી કપડેથી ચાળી પછી તેમાં જસતનાં ફૂલ ભેળવી ખે દિવસ ચલાખજળમાં ધુંટવું. તેની ચણા જેવડી ગોળીઓ બનાવવી. તે ગોળી તરલાણામાં પાણી સાથે ચોથો ભાગ ધસીને આંજવાથી દુઃખતી આંખો મટે છે.

પાકું:-જાડા થોરનું મૂળ કાઢી તેનું છોકું કાઢી નાખી ગરમ પાણીમાં ધસી પાઠાપર ચોપડવાથી પાકું ઓગળી જશે.

વાળો:-બીલામાને સોય ઘોચી દીવા ઉપર ધરવાથી દૂધ નીકળે છે. તે એક-બે દીપાં પાશેર દૂધમાં પડવા દઈ તે દૂધ પાવાથી વાળો મટે છે, વાયુની ગાંઠો વેરાય છે.

તાવ:-ભૂરા કોળાને વાટકો કરી તેમાં સુરોખાર નાખી તે વાટકો તાવમાં માથે ગરમી ચઢી માથું ધણું ચઢે ત્યારે માથે મૂકવાથી ખરક જેટલી ઠંડક આપી માથું ઉતારે છે. ભૂરા કોળાને બદલે દુધી પણ ચાલે. દુધીને છુંદી તેમાં સુરોખાર ભેળવી તે લુગદી માથે મૂકવાથી ઠંડક વળી તાવ ઉતરે છે.

માથું ચઢે તો:-દશાંગ લેપ ૧ તોલો, ૧૦ તોલા પાણીની અંદર નાખી તેમાં કપડું પલાળી તે માથે મૂકવાથી ઠંડક આપે છે. દશાંગ લેપમાં તગર અને જટામાસી, રતાંજળી, એલચી એવી ચીજો આવે છે કે જે માથાની પીડા મટાડનાર છે. વળી તે રક્તપિત્તના સોજામાં સારો ફાયદો આપે છે.

તાવની ગરમી:-કુંવારપાદાને ગર્ભ માથે રાખવાથી તે તાવની ગરમી ઓછી કરે છે; અથવા ખેતરની કાળી માટી પાણીમાં પલાળી તે માથે રાખવાથી માથે ઠંડક થાય છે.

તગરની ગાંઠો ધસી બહાર લેપ કરવાથી બહારની વેદના મટાડે છે.

**હિક્કા:-**નગોડનાં પાન અને લીંટીપીપરનો ઉકાળો કરવો. પાંચ પાંચ મિનિટે ચમચો ચમચો દવા આપવી. અડદ અને હળદર વાટી તેની ખીટી પીવાથી હિક્કા મટે છે.

અણિયારનો ગુંદર અને હળદર ચલમમાં પીવાથી હિક્કા મટે છે.

**ઉંધ આવે:-**દરદીને ઉંધ ન આવતી હોય તો ખોરાસાની અળ-મો પાંચ રતી આપવાથી ઉંધ સારી આવે છે, પેશાબ સાફ થાય છે. પોટાસ ક્ષોમાઇડને બદલે મગજના વ્યાધિમાં ખુરાસાની અળમો વપરાય છે.

પીપરીમૂળ અને કમળનાં ફૂલનો કાઢો આપવાથી ઉંધ આવે છે.

**લીલામું કુટી નીકળે તો:-**એ કેળાં અને ૧ શેર દહીં મિશ્ર કરી શરીરે ચોપડવું અને કેળાં તથા રોટલી ખવરાવવાથી બીલામાનું ઝેર બેસી જાય છે, ચાંદીઓ સૂકાઈ જાય છે.

**પિત્તજ્વર:-**ખડસલીઓ અને મોથનો ઉકાળો આપવાથી મટે છે.

**શ્વાસ-ખાંસી:-**બેઆનીલાર કડુ, ૪ પાવલીલાર સાકર, એકત્ર વાટી આઠ પડીકીઓ કરવી. આખા દિવસમાં ૮ વખત એ આઠ પડીકીઓ આપવાથી વિષમજ્વર મટે છે, તેમ શ્વાસ-ખાંસી પણ મટે છે.

**તાવથી માથું ચઢ્યું હોય તો:-**ખકરીના દૂધ સાથે નવસાર અને મુરોખાર મેળવી માથે મૂકવાથી તાવ નરમ પડે છે.

**ખમેહ:-**હરડે તોલો ૧૧, બેઠાં તોલો ૧૧, આમળાં તોલો ૧૧, જોડીમધ તોલા ૨, એ સર્વેને ખાંડી તેનો બશેર પાણીમાં ઉકાળો કરવો. તેમાં ૪ તોલા ચણાની પોટલી અદ્ધર રહે તેમ લટકાવવી. પાણી બળી જાય અને ચણા ડુલી જાય એવા તે ક્વાથના કૂચા સાંજે તેટલાજ પાણીમાં ઉકાળવા અને તેમાં ૪ તોલા ખીજ ચણાની પોટલી અદ્ધર મૂકીને બાફવી. તે પાણી બળી ગયે સવાર માફક તે ચણા કાઢી ઠંડા થયે ખવરાવવા. તેની સાથે ડુલાવેલી ફટકડી વાલ બે, ચીનીકબાલાનું ચૂર્ણ વાલ ૨, ચીની સાકર વાલ ૪, ત્રણે ચીજો મેળવી બાર વાગે ૧ પડીકું આપવું અને તેવીજ રીતે રાત્રે ૧ પડીકું આઠ વાગે આપવું અને તે ઉપર પાણી પીવું. હીંગ, રાઈ, તેલ, મરચાં ન ખાવાં, બલ-



અર્થ પાળવું. ૨૧ દિવસ આ પ્રયોગ કરવાથી પ્રમેહ મટે છે.

**હેડકી:**—આદાનો ૨સ અને મધ શ્વાસકુહાર કે આનંદભેરવ સાથે આપવાથી હેડકી મટે છે.

**શંખદ્રાવ કાઢવો:**—૧ તોલો નવસાર, ૧ તોલો સુરોખાર, ૧ તોલો સિંધવ અને ૧ તોલો ફટકડી કાચી લાઇ વાટી તેને એક ઘડાની અંદર નાખી તેના ઉપર ૧૫૫ રતલી જડો ફુંટાવાળો શીશો છતો મૂકવો. તે શીશાને તળેના ફુંટામાં વચ્ચે કાણું પાડવું. તે શીશાનું તળાઉ ઘડાના મોં સાથે મુલ્તાની માટીથી કપડબંધ કરી સૂકવવું. તેમ એ શીશાના મોંને ઇંટનો દાટો મારીને મુલ્તાની માટીથી કપડછાણ બંધ કરી સૂકવવું. પછી તે ઘડો ચૂલા ઉપર મૂકી, તળે ધીમે તાપ આપવો. તેથી શીશામાં શંખદ્રાવ ચઢશે અને તે શીશામાં તળાએ જે ઉપસેલો ફુંટો છે તેની આજુબાજુ ભેજો થશે. જ્યારે બધો શંખદ્રાવ થઈ જાય, ત્યારે ઉતારવું અને શીશો ઠંડો થયે કાઢી લેવું.

**ધાતુપુષ્ટિ:**—ચોપચીની તો. ૦૫, જવંચી તો. ૦૫, ખરાસ તો. ૦૫, એકત્ર ઘુંટી ૮ પડીકાં કરવાં. માખણ અને સાકર સાથે આ દવા સવારસાંજ ચાર દિવસ લેવાથી ધાતુ પુષ્ટ થાય છે.

**ઘોળો કાઢ:**—ખાવચો તોલા ૧૬, ખેરસાર તોલા ૪, ત્રિકળાં તોલા ૧૦, ભાંગરો તોલા ૧૦, ગળો તોલા ૫, એકત્ર વાટી તેમાંથી રોજ બે તોલાનો ઉકાળો કરી ઘોળા કાઢવાળાને ૧૫ માસ આ દવા આપવી. તેલ, મરચું, ખટાશ, ખાર અને મીઠું બંધ કરવું; ખાવાને દૂધ, ભાત, રોટલી આપવાં. સાથે હરતાલ ભસ્મ એક રતી કવાથ પીતાં પહેલાં મધ સાથે આપવી.

**લેપ:**—ખાવચો તોલા ૧૦, હરતાલ તોલા ૪, મનશીલ તોલો ૧, ચિત્રક તોલા ૨, હળદર તોલા ૨, એકત્ર વાટી ઘુંટી ગોમૂત્રમાં વાટી તેનો કાઢનાં આંધંપર લેપ કરવો. તેનાથી ફેલ્લા ઉઠી પાણી ઝરીને રૂઝ આવે છે અને કાઢ મટે છે.

( નીચેના વૈધક પ્રયોગ પણ “ભાગ્યોદય”ના ઉપલાજ અંકમાંથી લીધેલા છે. )

**ઘોળા કોઠ:**—ઘોળા કોઠ મટાડવામાં આવતી ધણી ઉપયોગી વસ્તુ છે. ઘોળા કોઠ અસાધ્ય ગણાય છે; તેના ઉપર લાંબો વખત આવતીને ઉકાળો પીવાથી અને આવતી વાટી ચોપડવાથી સારું થાય છે. આવતી લગાડવાથી કોઠના ઘોળા ડાધા કાળા પડે છે; આવતીનું તેલ કાઢી તે કોઠ ઉપર લગાવવાથી સફેદ ડાધો લાલ થાય છે. પછી તેનો દુઃખાવો થાય છે. થોડા દિવસ વધુ તેલ લગાવવાથી તે ડાધ ઉપર જીણી જીણી ફેાક્ષીઓ થાય તો થોડા દિવસ દવા બંધ કરવી, જેથી ફેાક્ષીઓ સૂકાઈ જશે અને ચામડી કાળી થઈ જશે. આબુઆબુનો ભાગ પણ ધીમે ધીમે ચોખ્ખી ચામડીની આકૃતિનો થઈ જાય છે.

આવતીને મીઠા તેલમાં કે કણુજીઆ તેલમાં થોડો વખત પલાળી રાખી પછી પીલવાથી તેલ નીકળે છે. તે તેલ કોઠ ઉપર વપરાય છે.

**હરતાળ ૧** તોલો, આમળાં બે તોલા અને આવતી આઠ તોલા, ત્રણેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેને ગોમૂત્રની સાથે ઘુંટી કોઠનાં ચાદાં ઉપર લગાડવું, જેથી કોઠ મટે છે.

**ઝાડા:**—ઈંદ્રજવ, ધાણા અને પટોળ સરખે વજનને લઈ ઉકાળો કરી તે ઉકાળો ૪ તોલા પીવાથી ઝાડા, રક્તાતિસાર, આંતરડાંના વ્યાધિ, ઝાડે લોહી પડવું અને બાળકોનો સખ્ત મરડો મટે છે. ઈંદ્રજવ ઝાડો બંધ કરે છે તેમ આમળાં પાચન થાય છે. ઝાડો બંધ થવાથી પેટ ચઢતું નથી. તાવ પણ મટાડે છે. પેટનો દુઃખાવો અને કૂમી પણ મટાડનાર છે.

**આફરો, ચુંક, મંદામિ ઉપર સર્જીકાદિ ક્ષાર:**—સાજખાર ૨ ભાગ, જવખાર ૧ ભાગ અને પંચલવણ ૫ ભાગ, એ ત્રણેને વાટી બીજો-રાના રસમાં કે દાડમના રસમાં ખૂબ ઘુંટી તે ચૂર્ણ તડકે સૂકવવું. આ ક્ષાર પાવલીભાર લેવાથી જમ્યા પછી પેટમાં આફરો ચઢતો હોય, ખાટાં ધચરકાં આવતાં હોય અને દાંત અંબાઈ ખાટા થઈ જતા હોય તો મટે છે. જઠરામિ પ્રદીપ્ત થાય છે, પેટની ચુંક મટે છે.

**બાળકોની વરોધ:**—અરકુસીના પાનનો સ્વરસ નવશેકો પાવાથી

અને તેનાં પાંદડાંના કુચાથી છાતી ઉપર રસ ચોપડી ધીમે શેક કરવાથી બાળકની વરાધ મટે છે, બાળકનો તાવ મટે છે, શ્વાસ જલદ ચાલતો હોય તો તે મટે છે, ગળામાં સસણી બોલતી હોય અને કંફ ભરાયો હોય તો તે પણ મટે છે.

સાપનું ઝેર:—અરીઠાંના ફળને ઘસી આંખમાં આંજવાથી સાપનું ઝેર ઉતરે છે.

દમ:—આકડાનાં રવૈયાં (ફૂલ) ૧૨૫ લઈ તેમાં જયફળ ૧ તોલો, લવીંગ ૧ તોલો, જવત્રી ૧ તોલો અને અકકલગરો ૧ તોલો મેળવી વાટી ચૂર્ણ કરી તેને મધ સાથે ઘુટ્ટી બખ્ખે આનીભારની ગોળીઓ કરવી. તે બખ્ખે ગોળી દમના દરદીએ સવારસાંજ લેવી, તેથી દમ મટે છે.

આકડાના મૂળનું ચૂર્ણ:—૬ વાલ ઉના પાણી સાથે દમવાળાને આપવાથી ઉલટી થાય છે અને ચઢેલો દમ બેસી જાય છે. પછી રોજ ઉપરની ગોળીઓનું સેવન કરવાથી દમ ફરીથી ઉપડતો નથી.

કૌવત આપનારી દવા:—અર્ધો તોલો એખરો, દૂધસાકરમાં સવારસાંજ ઉકાળીને પીવાથી શરીરમાં ઘણું કૌવત આવે છે. નખળાઈને લીધે સાંધા દુઃખતા હોય, કળતર થતી હોય તો તે પણ મટે છે.

## ૮૧—તુલસીમાહાત્મ્ય-ધર્મ અને આરોગ્ય

( હિંદી “સ્ત્રીધર્મશિક્ષક” ઉપરથી )

આપણા પ્રાચીન આચાર્યોએ તુલસીના છોડને પૂજવાયોગ્ય કેમ માન્યો હશે ? તુલસીના છોડ પ્રત્યેક હિંદુને ઘેર અને બાગબગીચામાં ઉગાડવાની આજ્ઞા શામાટે કરી હશે ? કારણ એજ છે કે, તે આપણા ધર્મકર્મની સહાયક છે, અનેક કઠોર વ્યાધિઓથી પણ તે આપણું રક્ષણ કરે છે. આપણા સર્વના હિતાર્થે તુલસીના ગુણ વૈદકશાસ્ત્રમાં નીચે પ્રમાણે બતાવેલા છે:—

તુલસીના ગુણ

દિક્કાકાસ વિશ્વાસ પાર્શ્વશૂલવિનાશન: ।

પિત્તકૃત્ કફવાતઘ્નઃ સુરસઃ પૂતિગન્ધનુત્ ॥ (ચરક)

અર્થ—તુલસીનાં પાન ખાંસી, વિષવિકાર, શ્વાસ તથા પાર્શ્વશ્વળને નાશ કરે છે. વળી તે પિત્તકારક, કફ અને વાયુનો નાશ કરનાર તથા દુર્ગંધનાશક છે.

કફાનિલવિનિઃશ્વાસકાસીદૌર્ગંધ્યનાશનઃ ।

પિત્તકૃત્પાર્શ્વશૂલઘ્નઃ સુરસઃ સમુદાહૃત ॥ (સુશ્રુત)

અર્થ—તુલસી કફ, વાયુ, વિષ, શ્વાસ, ખાંસી અને દુર્ગંધીનો નાશ કરે છે. તે પિત્તકારક છે અને પડખાના શ્વળને દૂર કરે છે.

તુલસી કટુકા તિક્ત્વા હૃદયોષ્ણા વાહપિત્તકૃત્ ।

દીપની કૃષ્ટ કુચ્છૈર્વાસ પાર્શ્વરુક્કફવાતજિત્ ॥

અન્યત્ર પણ કહ્યું છે કે:—

શ્વેતા ચ કૃષ્ણા તુલસી તિક્તં કટૂણો કથ્યતે ।

વાહપિત્તકરી હૃદયાતુવરા હ્યગ્નિર્દાપિકા ॥

લઘ્વી વાતકફશ્વાસકાસહિકાઃક્રમાજયેત્ ।

વાન્તિદૌર્ગંધ્યકુષ્ઠાનિ પાર્શ્વશૂલવિષાપહા ॥

મૂત્રકુચ્છં રક્તદોષં ભૂતશાધાં ચ નાશયેત્ ।

શૂલજ્વરં ચ હિકાં ચ નાશયેદિતિકીર્તિતા ॥

અર્થ—સફેદ અને કાળી તુલસી તીખી, કડવી, ગરમ, તીક્ષ્ણ, દાહજનક, પિત્તકારક, હૃદયને હિતકારી, અગ્નિદીપક, હલકી તથા વાત, કફ, શ્વાસ, ખાંસી, હિકા, કૃમિ, ઉત્તરી, દુર્ગંધ, કોઠ, પાર્શ્વશ્વળ તથા વિષનો નાશ કરનાર; અને મૂત્રકુચ્છ, રક્તદોષ, ભૂતખાધા, શ્વળ, જ્વર અને હેડકાને દૂર કરનારી છે.

અસ્થિજસ્ય કાલાસસ્ય તનૂજસ્ય ચ ચત્વાચિ ।

દૂશ્યા કૃતસ્ય વ્રહ્મણા લક્ષ્મશ્વાસમનીનશત્ ॥

સરૂપકૃત્ત્વ ઔપધે સાસરૂપમિદં કૃધિ ।

શ્યામા સરૂપકરણી પૃથિવ્યા અત્યદ્ભુતા ॥

ઇદમ્પુ પ્રસાધય પુનારૂપિણા કલ્પય । (અથર્વ)

અર્થ-ચામડી, માંસ તથા હાડકાંમાં જે મહારોગ પહોંચી ગયો હોય, તેનો પણ ધોળા તુલસીથી નાશ થાય છે. કાળી તુલસી રૂપવાન કરવા-વાળી છે અને તેના સેવનથી શરીરની ઉપરના ધોળા ડાઘ તથા ચામડીના અન્ય રોગ પણ નાબુદ થાય છે. પુરાણોમાં પણ લખ્યું છે કે:-

તુલસીકાનનં ચૈવ ગૃહે યસ્યાવતિષ્ઠતે ।

તદ્ ગૃહં તીર્થવત્તત્રિ નાયાંતિ યમર્કિકરાઃ ॥

તુલસીગંધમાદાય યત્ર ગચ્છતિ મારુતઃ ।

દિશો દશ પુનાત્યાશુ ભૂતપ્રામાન્નતુર્વિધાન્ ॥ પશ્ચોત્તર૦

અર્થ-જે ઘેર તુલસીના છોડ હોય છે, તે ઘર તીર્થસમાન છે. ત્યાં યમદૂતો આવતા નથી. તુલસીની સુગંધ આપવાવાળો વાયુ જ્યાં જ્યાં જાય છે, ત્યાં ત્યાં દશે દિશાઓને અને ચારે પ્રકારનાં ભૂતપ્રામને તત્કાળ શુદ્ધ કરે છે.

તુલસીની અનેક જાતો થાય છે; પરંતુ રામા (શ્વેત) તથા કૃષ્ણા (કાળી) તુલસી, એ બેજ જાતની તુલસી વિશેષે કરીને આપણા દેશમાં વપરાય છે. તેનો ઉપયોગ અનેક રોગ ઉપર થાય છે.

તુલસીના અનુભવેલા પ્રયોગ

ખાંસી, છર્ણુજ્વર અને છાતીનું દર્દ-તુલસીનાં પાનનો રસ, કાળાં મરી અને સાકર એકત્ર કરીને પીવાથી દૂર થાય છે.

વાયુ કે કફથી થયેલો ઉન્માદ-એના ઉપર તુલસીનાં પાન સું-ધવાથી, ચોપડવાથી તથા ખાવાથી અત્યંત લાભ થાય છે.

ભૂતરોગમાં:-લીંબુનો રસ તેની સાથે મિલાવી તેનું સેવન કરવાથી ફાયદો થાય છે.

છૂલ અને હોઠનાં ચાંદાં:-તેનાં પાન ચવડાવવાથી મટી જાય છે, મોઠાની બદબો જતી રહે છે, અવાળાં અને દાંત મજબૂત થાય છે અને દાંતનાં દરદો નાબુદ થઈ કંઠ શુદ્ધ થાય છે.

પાચનશક્તિ-તેનાં પાન વાટીને પીવાથી વધે છે, વાયુ શુદ્ધ થાય છે તથા શુદ્ધ ઓડકાર આવે છે તેમજ બૂખ લાગે છે.

ચક્રત, પ્લીહા અને હરસમાં:-તેને ખાવાથી અને લગાડવાથી કાયદો થાય છે.

તેનાં પાન કૃમિદન છે, તેનો લેપ કરવાથી મચ્છર કરડતા નથી, તેનાં પાનનું ચૂર્ણ ભલરાવવાથી ધામાં પડેલા કીડા મરી જાય છે.

કૌલેરામાં:-તેનાં પાનની કાળાં મરી સાથે ગોળી બનાવીને આપવાથી ઉલટી અને ઝાડા બંધ થઈ જાય છે.

સાપ કરડે ત્યારે:-તરતજ આશરે બેએક તોલા તુલસીનાં પાન દશ-પંદર કાળાં મરી સાથે ઘુંટીને પાવાં જોઈએ તથા તેનાં પાન અને મૂળને વાટીને જે જગ્યાએ સાપ અથવા વીંછી કરડ્યો હોય ત્યાં ચોપડવું જોઈએ.

મળેખમ, ખાંસી તથા છાતીનાં દરદોમાં:-કાળી તુલસીની ચ્દા અત્યંત ગુણકારી છે.

પ્લેગમાં:-તુલસીનાં પાનને કાળાં મરી તથા સાકર સાથે ખવડાવવાથી અને તેનાં પાનને શરીર ઉપર લગાડવાથી બહુ લાભ થાય છે.

શરીરના કોઈપણ ભાગ ઉપર સોજે હોય તો:-તેનાં પાન વાટીને ચોપડવાથી શાંતિ થાય છે.

તુલસીનું નિત્ય સેવન કરવાથી:-શુદ્ધ લોહી પેદા થાય છે અને મનુષ્ય હરેક પ્રકારના રોગોથી બચી જાય છે.

કોઢમાં:-તેનાં પાન ખાવાં અને ચોપડવાં હિતકારક છે.

તુલસી એપી રોગોની નાશક, કૃમિદન અને મેલેરિયા તાવનો નાશ કરવાના ગુણોવાળી છે. એવું તો આજકાલના અનેક મોટા મોટા ડૉક્ટરોએ અમેરિકા અને વિદ્યાયતની પરિષદોમાં સ્વીકાર્યું છે. જે વાત આપણા ઋષિઓ હજારો વર્ષ પહેલાંથી કહેતા આવ્યા છે, તે જાણવાનું પાશ્ચાત્ય ડૉક્ટરોએ હજી હમણાંજ શરૂ કર્યું છે. ભારતવાસ્કીઓનું સ્વાસ્થ્ય દિનપ્રતિદિન બગડતું ચાલે છે, તેનું કારણ એજ છે કે, જ્યાં પહેલાં પ્રત્યેક હિંદુને ઘેર તુલસીવન શોભતાં હતાં, ત્યાં આજે પ્રત્યેક મહોલ્લામાં તુલસીના પાંચ દશ છોડ પણ જોવામાં આવતા નથી !

કાળની કેવી વિચિત્ર ગતિ !

હવે અમે ભારતીય વૈદ્ય અને ડૉક્ટરોને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે, તેઓ ઘેર નિદ્રાનો ત્યાગ કરી ધ્યાનપૂર્વક આ મહાન સંરક્ષક અને પવિત્ર તુલસીનો પ્રચાર પ્રત્યેક ઘરમાં કરાવવાના પ્રયત્ન કરે અને તેના ગુણોનું પૂર્ણરૂપે સંશોધન કરે. તુલસીના અપૂર્વ ગુણો જોઈનેજ આપણા પૂર્વજોએ તેને ધાર્મિક વૃક્ષ માન્યું છે; કેમકે તે શરીરને આરોગ્ય રાખે છે અને આરોગ્યથીજ સર્વ પ્રકારના ધર્મોનું પાલન થાય છે.

( “સ્રોચિકીતસક” હિંદી ઉપરથી )

સર્વ પ્રકારના તાવને માટે:—કાળાં મરી વાટીને તુલસીનાં પાનના રસમાં ભીંજવી છાંયડે મૂકી રાખવાં. સૂકાઈજાય ત્યારે ફરી તુલસીના રસમાં ભીંજવવાં. આ રીતે સાત વાર ભીંજવીને છાંયડે સૂકવવાં. પછી ચણા જેવડી ગોળાઓ વાળી એક શીશીમાં ભરવી. જેને તાવ આવતો હોય, તેણે તાવ આવતા પહેલાં ત્રણ કલાક અગાઉથી કલાકે કલાકે એક એક ગોળી ગરમ પાણી સાથે ગળવાથી સર્વ પ્રકારનો તાવ જતો રહેશે.

બાળકના પેટની પીડામાં:—બાળકના પેટમાં પીડા થતી હોય તો તુલસીનાં પાનનો રસ અને આદુનો રસ બન્ને બરાબર લઈ ગરમ કરીને બાળકને પાવાથી સર્વ પ્રકારની પીડા દૂર થશે. જો રોજ તેનું સેવન કરાવવામાં આવે તો બાળકનાં પેટમાં કોઈ પણ વિકાર કદાપિ થાય નહિ.

બાળકનું પેટ ફુલે તે ઉપર:—બાળકને દસ્ત સાફ ન આવતો હોય અથવા પેટ ફુલી જતું હોય તો એક તોલો તુલસીનાં પાનનો રસ ગરમ કરીને હશેકો હશેકો પાવાથી દસ્ત સાફ આવે છે, પેટનો ગડગડાટ તથા પેટનું ફુલવું વગેરે રોગ દૂર થઈ જાય છે.

માથાની પીડામાં:—તુલસીનાં પાન છાંયડે સૂકવીને રાખી મૂકવાં. બ્યારે માથામાં પીડા થાય, ત્યારે તેનો નાસ લેવાથી તે પીડા જરૂર દૂર થાય છે.

બાળકના પેટના કીડાઓમાં:—તુલસીનાં પાનનો રસ ગરમ

કરીને પીવડાવવાથી તરતજ આરામ થાય છે.

**ધાતુક્ષીણતામાં:—**કોઇ પુરુષને પિશાબ પહેલાં અથવા પછી ધાતુ જતી હોય અથવા સ્વપ્નદોષમાં ધાતુ જતી હોય તો તુલસીનાં પાનનો રસ ૬ માસા અને દૂધ(સફેદ ધ્રો)નો રસ ૬ માસા સાત દિવસ-સુધી રોજ પીવાથી જરૂર આરામ થશે.

**ટાઢીઆ તાવનો ઉપાય:—**સુંદને પાણીમાં ધસી જરા ગરમ કરી કપાળે ચોપડી, માથે ઓઢીને સૂઈ જવાથી પરસેવો વળી તાવ ઉતરી જશે તથા ઘેન મટશે.

**વિષમજ્વરનો ઉપાય:—**એક દોકડાભાર તુલસીના પાનનો રસ તથા દોકડાભાર મધ લઈ એમાં મરીનો બૂકો નાખી પીવાથી વિષમ જ્વર અટકી જાય છે.

**રોજીઆ તાવનો ઉપાય:—**કુદીનો તથા તુલસીનો કવાથ પીવાથી રોજીઆ તાવ ઉતરે છે.

**રતાંધળાપણાની દવા:—**કાળાં મરીની ઉપલી છાલ કાઢી નાખી તુલસીનાં પાંદડાંના રસમાં મેળવી રતીભાર ગોળા બનાવવી. તેને મધમાં ધસી સાંજે અંજન કરવાથી બે દિવસમાં રતાંધળાપણું જતું રહેશે.

## ૮૨—જીવાનોને પડકાર

( ‘કઠીઆસુદર્શન’ રાણપુર-તા. ૧-૨-૨૬ )

બંગાળી લોકસાહિત્યમાં એક વાર્તા છે. મુઝાવસ્થામાં ઈશ્વરી ગોદ સેવતો કોઇ બાળક બળરોના ભવ્ય ઠહારાથી અંનન્ય કંઈ કંઈ ચીજો લેવા દુકાને દુકાને આથડ્યો ને હતાશ થઈ પાછો ફર્યો—કારણ તેની પાસે પૈસા નહોતા. ભગ્ન હૃદયે તે નિર્જન અરણ્યમાં પહોંચ્યો અને પૈસામાટે કરુણ આક્રંદ કરવા લાગ્યો. વનદેવતાએ તેને દેખા દીધી ને કહ્યું:—“આ પેટીમાં પૂરાવાનું કબૂલ કર અને તારી આગળ સુવર્ણના દગ ઉલા કરી દઉં.” બાળક હરખાધને પૂરાયો. પેટીનાં છિદ્રો-બાટે તેણે જોયું તો ચોમેર સોનારૂપાના ચળકતા સિંકા પથરાયા હતા.



પણ બૂખ-તરસની તીવ્ર વેદના આગળ એનાં સુવર્ણસ્વપ્નો સરી પડ્યાં અને પૈસા ઉપર શાપનો પોકાર કરી તેણે અન્નપાનની-મુક્તિની માગણી કરી.

સમાજના તારણહારસમા એ તરુણો ! તમારેમાટે આ એક નીતિ-કથા છે. પૈસા પાછળ રચાપચ્યા રહેવું એ જીવનનું ધ્યેય નથી. એ તો અનિષ્ટ બંધન છે. જીવનનો ઉદ્દેશ એથી ઉંચેરો છે, વધારે પવિત્ર છે, જીવનનું અન્ન અને જીવનનું પાન એ ઝગઝગતી દોલત કરતાં વધુ મહત્ત્વનું છે.

અને જીવાનીમાં તરવરતા તરુણોમાટે જીવન કેવું હોય શકે ? બ્રહ્મચર્ય, તાકાત, હિંમત એજ જીવાનીનો ખોરાક છે. નિર્બળતા એ જીવનનું અવસાન છે. ઈશ્વરનો આદેશ છે કે, જીવાનો ! બલહીન શક્તિહીન મા થજો. જીવનનો ૧૩ થી ૨૫ વર્ષનો અંતરગાળો તો આખી જીંદગીની ફતેહનો પાયો છે. એમાં વિલાસ કે વૈલવ ન જોઈએ. ટૉનિક દવાઓના ખાટલા કે તીખા તમતમતા ક્ષુદ્ર ખોરાકને દફનાવવા જોઈએ. અંગકસરત-વ્યાયામ એજ સાચું ટૉનિક છે, અખાડાઓ ને મક્કકુસ્તી એજ સાત્ત્વિક ખોરાક છે. વજ્જંગ બનવું એ જીવાનોનો અપરિહાર્ય ધર્મ છે.

જીવનના એ અમોક્ષા સમયમાં વાચન, આહાર અને આચારવિચારમાં પણ નયું બળ જોઈએ. સમાજનો ઉદ્ધાર દર્શાવતું વેગવંતું ભાવનાભર્યું સાહિત્ય, પ્રજાપ્રજ્ઞના નરકેસરીઓનાં પ્રેરણાવંત જીવનચરિત્રો અને પ્રજાપીડક રાજ્યોની મારમાર મહાશક્તિથી પ્રજાઓના પ્રચંડ વિપ્લવના ઇતિહાસ એજ યુવાવસ્થાનો ખરો અભ્યાસક્રમ છે, જીવનનો એ અખૂટ અન્નભંડાર છે.

અને જીવનનું અમૃતપાન શું છે ? પ્રાથના ને સેવાભાવના મહાન પિતાની બંદગીમાં રણચંડીનું છુપું બળ ભર્યું છે. સેવાની ભાવનામાં શક્તિના દિવ્ય ચમકાર લપાઈ રહ્યા છે, એનો આવિર્ભાવ સમાજ-સેવકોને અજબ રીતે થાય છે.

સમાજને-જ્ઞાતિને અત્યારે “આદર્શ”ના ઉપાસકો-પરમ સેવકો

જેમંત્રે છે, વિલાસના ને મદાનગીહીન મોજશોખના અનુરાગી, માય-કાંગલા તરુણોનો આ યુગ નથી. બ્રહ્મચર્ય અને વ્યાયામના ખોરાકથી વજ્રકાય બનેલા, સાદા ને સેવાભાવી જીવનથી પ્રેરણા પીને જનતાના સાચા સેવકો થયેલા યુવકવીરોની જનની રાહ જુએ છે.

ઉઠો તરુણો ! જીવનમાં આ મહાશક્તિ રેલાવવા કમ્મર કસો.

## ૮૩-જ્ઞાનચારિત્ર્યને વધારનારાં વચનામૃત

ગંગાકિનારે કૂવો શામાટે ખોદો છે ?

મારું હૃદય એટલું બધું ભરાઇ આવ્યું છે કે, મારી લાગણી શબ્દદ્વારા બતાવી શકતો નથી. જ્યાંસુધી કરોડો માણસો ભૂખ અને અજ્ઞાનમાં જીવન ગાળશે, ત્યાંસુધી જે માણસ તેઓના ખર્ચે ભણી કેળવાયેલો બન્યા છતાં, તેમના તરફ થોડામાં થોડું પણ લક્ષ આપતો નથી, તેવા દરેક માણસને હું દ્રોહી ગણું છું. જે ધનવાનો ગરીબોનો ધાણુ વાળી પૈસા મેળવી પોતાના દાઠમાડવાળા પોષાકમાં આમતેમ હરે હરે છે, તેમને-જ્યાંસુધી ભૂખે મરતા, જંગલી કરતાં જેની સ્થિતિ કોઈ પણ રીતે ચઢીઆતી નથી એવા; વીસ કરોડ માણસોને માટે કંઈ પણ કરતા નથી, ત્યાંસુધી હું દુષ્ટો ગણું છું. x x x

જે ધર્મ કે ઇશ્વર વિધવાનાં આંસુ લૂછી ન શકે, અથવા માખાપ-વગરનાં નિરાધાર બાળકોના મુખમાં એક રોટલીનો કટકો મૂકી ન શકે; તેવા ધર્મ કે ઇશ્વરમાં મને શ્રદ્ધા નથી. ગમે તેટલાં ઉમદા ધર્મ-તત્ત્વો હોય, ગમે તેટલું સુગંધિત તત્ત્વજ્ઞાન હોય છતાં જ્યાંસુધી તે પુસ્તકોમાંજ છે અને મુખમાત્રથી ચર્ચાના વિષયરૂપ છે-એટલે કાર્યમાં ઉતરેલ નથી, ત્યાંસુધી હું તેને ધર્મ કહેતો નથી. \* \* \*

‘મારો ધર્મ’ એમ કહેવામાં તમે મગરૂરી લ્યો છો તે ધર્મને કાર્યમાં મૂકો, પ્રભુ તમારું કલ્યાણ કરશે. \* \* \* \* \*

શું તમે તમારા જાતિભાઈઓપર પ્રેમ રાખો છો ? ઇશ્વરને શો-ધવા તમે ક્યાં જાઓ છો ? શું ગરીબ, દુઃખી અને નિર્બળ બંધુઓ

બધા ઇશ્વરો નથી? તેઓની પૂજા પહેલી શામાટે કરતા નથી? ગંગા-  
નદીના કિનારા ઉપર શા માટે કૂવો ખોદો છે?

( ‘સ્વામી વિવેકાનંદના પત્રો’ માંથી )

“માનવજાતિને મદદ કરવાની જેમની ઇચ્છા હોય, તેમણે પો-  
તાનાં સર્વ સુખ-દુઃખ, નામ-કીર્તિ અને સર્વ તરેહના સ્વાર્થના  
ગુંડો-પુડો કરી પ્રથમ સમુદ્રમાં ફેંકી દેવો જેમણે અને ત્યારપછીજ  
પ્રભુ પાસે આવવું. એજ પ્રમાણે સઘળા સમર્થ આચાર્યોએ કહ્યું છે  
અને કયું છે.”

x                      x                      x                      x                      x

“જે જે મહાન કાર્યો થયાં છે અને થાય છે, તે હૃદય અને  
મગજનાંજ પરિણામ છે અને નહિ કે પૈસાનાં-અર્થાત્ નાણું કામ  
કરતું નથી, પણ મગજશક્તિ અને હૃદયબળજ કામ કરે છે.”

( “સ્વામી વિવેકાનંદ” ભાગ ૬-૭ માંથી )

ભારતવાસી! વિચાર કર કે,

“ખીજઓના આવા અધમ અનુસરણથી, ખીજઓના ઉપર આમ  
આધાર રાખવાથી અને આ તારી ખાયલાને છાજે તેવી અધમ નિર્બળ-  
તાથી બહાદુરોનેજ મળી શકે તેવાં સુખ-સ્વાતંત્ર્યને શું તું કોઈ કાળે  
પણ મેળવી શકીશ?”

તું ભૂલી જતો નહિ કે,

“તારી સ્ત્રીઓનો આદર્શ સીતા, સાવિત્રી અને દમયંતી છે? જે  
દેવને તું પૂજે છે તે મહાત્યાગી ઉમાપતિ-શંકર છે! તારું લગ્ન, દ્રવ્ય  
અને જીવન ઈંદ્રિયસુખને માટે નથી; તેમ તે તારા એકલાનાજ સુખને  
માટે પણ નથી. તારો જન્મ માતૃભૂમિના યજ્ઞમાં બલિદાનને માટેજ  
છે; અને તારું સામાજિક બંધારણ પ્રભુપ્રેમતું પ્રતિબિંબજ છે.”

હે ભાઈ! ગર્વથી બોલ કે,

“પ્રત્યેક ભારતવાસી-બીખારી, અજ્ઞાની, અત્યજ અને નિરાધાર  
ખાળક પણ મારો ભાઈ છે....મારા પ્રાણસમાન છે. ભારતભૂમિજ

મારું શ્રેષ્ઠ સ્વર્ગ છે અને તેના લલામાંજ મારું ભલું સમાધ રહેલું છે.”

રાતદિવસ પ્રાર્થના કર કે,

“ઓ ગૌરીપતિ! ઓ જગદમ્બા! મને મનુષ્યત્વ-શૌર્ય આપો.”

(સ્વામી વિવેકાનંદ)

રાષ્ટ્રવૃક્ષનાં ખરાં મૂળ, ખરું દાન કયું?

રાષ્ટ્રનાં મૂળ-સ્ત્રીઓ, ખાળકો તથા ગરીબલોકો કે જે રાષ્ટ્ર(દેશ)-રૂપી મહાવૃક્ષનાં મૂળતરીકે છે, અને જેમની ઉત્તમતા ઉપરજ હરકોઈ દેશનો ખરો આધાર રહેલો હોય છે, તેમનાં શિક્ષણ તથા ઉન્નતિ તરફ તો હિંદુસ્તાનમાં કોઈ લક્ષ્યજ આપતું નથી!

ઉચ્ચ ગણ્યતા વર્ગ કે જે વિશેષ કરીને આ રાષ્ટ્રવૃક્ષમાં ફળરૂપે કહી શકાય, તે ફળ ઉપયોગમાં ન આવતાં માત્ર શોભાની વસ્તુ-તરીકે જાડની ઉપરજ લટકેલાં રહે તેમ કરવા પાછળજ આપણે સર્વ સમય ગુમાવવો જોઈએ નહિ; નહિ તો ઉક્ત મૂળીયાં પોષણના અભાવે છેકજ શુષ્ક થઇ જતાં પરિણામે આખું રાષ્ટ્રવૃક્ષજ સૂકાઇ જશે! અને એ ફળ પણ એમનાં એમજ સૂકાઈ ખરી પડીને સડી જશે!

ધ્યાનમાં રાખો કે, એ શોભાતાં ફળો કરતાં આ મેલાંધેલાં મૂળીઆંરૂપી ગરીબલોકો, સ્ત્રીઓ અને ખાળકોવડેજ રાષ્ટ્રની ખરી ઉન્નતિ થનાર છે.

x

x

x

x

x

સર્વ દાનમાં વિદ્યાદાનજ શ્રેષ્ઠ છે. જે કોઇ મનુષ્યને તમે એક-એ દિવસ ભોજન કરાવશો, તોપણ બીજે દિવસે તેને પાછી ભૂખ તો લાગશેજ! પણ જે તમે તેને એકાદ કળા શીખવશો તો તમે તેને જીવનપર્યંતના ભોજનનું દાન કર્યા જેવું થશે; પરંતુ એ વિદ્યા, ધંધો યા તો કળા એવી હોવી જોઈએ કે તેથી કરીને તેના જીવનનું પોષણ અને સાર્થક થાય. સદાકાળ ભિખારી રહેવા કરતાં જોડા બનાવવા જેવો એકાદ ઉપયોગી ધંધો કરવો એ પણ વિશેષ શ્રેયસ્કર છે!

દેશમાંના અપવાસી:-ભૂખે મરતા નારાયણોની અને મહામહે-

નત કરનારા વિષ્ણુઓની પૂજા કરો!

(સ્વામી રામતીર્થનાં લખાણોપરથી)

પરોપકારના તડાકા:-તમારા આહાર-વિહાર પાછળ, સારા-નરસા પ્રસંગો પાછળ અને મોજ-શોખ પાછળ હજારો રૂપિયા ઠાંકરાની માફક ઉડાવો છો અને ખીજી તરફ તમારા પાડોશીનાં બચ્ચાંને સૂકો રોટલો પણ ન મળે! જલે તે મરે કે જીવે, પણ આપણા ઘરનાં માણસો સુખી રહે એટલે બસ! અને એમ છતાં પણ તમે જીવદયા અને પરમાર્થની મોટી મોટી વાતો કરો છો!

(શ્રીરામકૃષ્ણ કથામૃતમાંથી)

બહારનો ડોળ:-બહારના ડોળથી તમે કદાચ સઘળા લોકોને થોડા વખત આંજી શકશો અથવા કદાચ થોડા લોકોને સઘળો વખત પણ આંજી શકશો; પરંતુ યાદ રાખજો કે, સઘળાજ લોકોને સઘળો વખત તો તમે આંજી શકવાના નથીજ. (લિંકન)

“બેવકુફોનો ધાંટો-એટલામાટે મોટો હોય છે કે, તેમ ન હોય તો તેમનું કોઈ સાંભળેજ નહિ.” (રૅડફોર્ડન)

“પરોપકાર કરવો-ખીજની સેવા કરવી, ને તેમ કરવામાં જરાએ મોટાઈ ન માની લેવી, એ ખરી કેળવણી છે.”

“શિક્ષણ એટલે અક્ષરજ્ઞાન નહિ, પરંતુ ચારિત્ર્યની ખીલવણી-ધર્મભાવનું ભાન.”

“જગતને વધારે વિચારું છું, તેમ તેમ વધારે સમજાય છે કે, તવંગર થવા કરતાં ગરીબ રહેવામાં વધારે આશ્વાસન છે. x x x ગરીબાઈનાં ફળો વધારે સુંદર અને વધારે મીઠાં છે.”

“એક પછી ખીજું એમ પુસ્તકો વાંચતાં છેવટે તમે અંતર-વિચાર પણ કરી શકશો.”

“સુદામાજીનું ચરિત્ર તો હું વાંચી ગયો હતો. તેની અને નરસિંહ મહેતાની ગરીબાઈની હરિકાઈ કરવાનો મને ઉત્સાહ આવ્યો અને છે.”

“આપણું પહેલું સૂત્ર એ છે કે, આત્માને જાણવો. એ પાઠ જ-

પયા-નપયા પછી બધું પોતાની મેળે ઉઠેલીને સમજી શકશે.”

“જ્યારે હું અંતકાળને કિનારે છું એમ મને લાગ્યું, ત્યારે ગીતા-જ મારા અંતરનો વિશ્રામ હતી.”

“પુસ્તકોમાં હું ગુંથાયલો રહી શકતો તેથી મને ખે માસ વધારે જોલ મળત તોપણ હું કાયર નહિ થાત; એટલુંજ નહિ પણ મારા જ્ઞાન-માં ઉપયોગી વધારો કરી શકવાથી હું ઉલટો વધારે સુખચેનમાં રહેત. હું માનું છું કે, જેને સારાં પુસ્તકો વાંચવાનો શોખ છે, તે ગમે તે જગ્યાએ એકાંતવાસ સહેલાઈથી વેઠી શકે છે.” (મહાત્મા ગાંધીજી)

“જે સ્વદેશબંધુઓના દુઃખે દુઃખી નથી થતો તે પશુથી પણ નીચ છે.”

“પ્રભુની ઉદારતા ઈચ્છનારે તે પ્રભુનાં સંતાનરૂપ આ સૃષ્ટિની સાથે લલાઈ કરવી જોઈએ.”

“મોટાઈનું માપ ધન ઉપર નથી, પણ હૃદય ઉપર છે.”

“ધનના વધવાની સાથે તૃષ્ણા પણ વધતીજ જાય છે.”

“પ્રભુ સર્વની સંભાળ લઈ રહ્યો છે તોપણ સમજી માણસનો તો (તેના પોતાના કલ્યાણને ખાતર) ધર્મજ છે કે, સહાયપાત્રને સહાય આપવી.”

“સંપત્તિ જીંદગીમાં છે, જીંદગી સંપત્તિમાં નથી.”

“ખે માણસોએ વૃથાજ શ્રમ ઉઠાવ્યો છે; એક તો એ કે, જેણે ધન એકત્ર કર્યું છે, પરંતુ તેણે ભોગવ્યું કે દાનમાં આપ્યું નથી; અને બીજો એ કે, જે લણ્યો છે ખૂબ પણ જેણે અનુભવ મેળવ્યો નથી. આવાં માણસો સોનાથી અને પુસ્તકોથી લાદેલાં ખચ્ચરો જેવાં છે.”

“ખે માણસ જગતના મોટામાં મોટા દુશ્મન છે; એક તો નિર્દય રાજકર્તા અને બીજો અજ્ઞાની ભેખધારી.”

“હે શુભશુભ ! તું તો વસંતની આનંદવાર્તાજ કહે અને ખરાબ વાત કહેવાનું ધ્રુવઝમાટેજ રહેવા દે.”

(સસ્તા સાહિત્ય તરફની “દુઃકીર્તિવાર્તાઓ” ભાગ ૭ મા માંથી)

“સત્ય” અથવા તો જગતનાં “સુખ-ચેન” એ ખેમાંથી ગમે

તે પસંદ કરવાની તક ઈશ્વર દરેક અંતઃકરણને આપે છે. એમાંથી ગમે તે એકજ તમે લઈ શકશો-બન્ને એકસાથે તમને કદી મળવાનાં નથી.”

x

x

x

“હવેલીઓમાં રહેનારાં ધણાં માણસો અસંતોષ અને મદથી પૂછે છે કે, જીંદગી આવી બોભરપ અને કંટાળાભરી કેમ છે? જ્યારે બીજી તરફ એવા પુષ્કળ માણસો છે, કે જેઓ ગરીબમાં ગરીબ અને જીં-પડીઓમાં રહેવા છતાં પણ ઈશ્વરનો અખૂટ પ્રેમ અનુભવે છે અને માની લે છે કે, ઈશ્વરકૃપાથી આપણે નવેનિધિ અને અષ્ટમહાસિદ્ધિ છે.”

x

x

x

“પોતાના હૃદયના વિકાર ધોયાવિના બીજનું ભલું કરવા દોડનારો માણસ, કાદવવાળા પોતાના હાથવડે બીજનું મોં લૂછવા જનારના જેવો છે.”

x

x

x

“यस्यास्ति सद्ग्रंथ विमर्शभाग्यं किं तस्य शुष्कैश्चपला विनोदैः”

અર્થાત્ જેના ભાગ્યમાં સારા સારા ગ્રંથો વાંચવા-વિચારવાના હોય છે, તેને અંચળ લક્ષ્મીના શુષ્ક વિનોદ શી ગણતરીમાં છે?

ચારિત્ર્યની એક મુઠ્ઠી જ્ઞાનના હજારો મણુ કરતાં વધારે છે.

આપણી સંપત્તિનો આધાર આપણી કમાવાની શક્તિપર નથી, પણ આપણી ત્યજવાની શક્તિપર છે.

તમારા પોતાના કૃત્યસિવાય બીજા કશાથી તમારી આખરને ખરી રીતે ધોકો લાગશે નહિ.

સ્વાર્થમય જીવન ગાળવું એનું નામજ પશુતા; પરાર્થમય જીવન ગાળવું એનું નામ મનુષ્યત્વ.

ખાલી વિચારકો કરતાં કાર્યવાહકોની હિંદને ઘણી જરૂર છે.

પીવાના પ્યાલાને મોઢે માંડતાં પહેલાં ધોળો.

શાળાઓનો વખત સવારસાંજનો ક્યારે સાંભળીશું?

મહાત્માઓનાં જીવનચરિત્રો એજ ખરો ઇતિહાસ છે.

મિત્રોની પસંદગી એજ યુવાવસ્થાની ખરી કસોટી છે.

પુસ્તકોનો સ્નેહ એ ઈશ્વરના રાજ્યમાં પહોંચવાનો પરવાનો છે.

ખરાબ ચોપડીનું વાચન એ ઝેર પીવા સમાન છે.

મહેલોથી તથા અખૂટ બંડારથી જે સંતોષ નહિ મળે, તે સંતોષ ઉત્તમ પુસ્તકોમાંથી પ્રાપ્ત થશે.

જેણે કદી ભૂલ કરી નથી, તેણે કદી કાર્ય કયું નથી.

એટલાં બધાં કાર્ય એકી સાથે શરૂ ન કરો, કે જેથી તમારું એક પણ કાર્ય સારી રીતે થઈ શકે નહિ.

“આપણે હુદ્ર પ્રાણી હોઈએ તેમાં આપણા ભાગ્યનો નહિ, પણ આપણો પોતાનોજ દોષ હોય છે. x x ગમે તેવા દુર્ભાગ્યમાં પણ આપણે મોટા પ્રમાણમાં ફેરફાર કરી શકવા સાથે આપણું હવે પછીનું ભાગ્ય પણ જેવું રચવું હોય તેવું રચવાને શક્તિમાન છીએ.”

x

x

x

હવે એક મિનિટ પણ ટકી શકાશે નહિ, એમ તમને લાગે અને પ્રત્યેક વસ્તુ તમારી વિરુદ્ધ જતી લાગે, ત્યારે પણ તમે પ્રયત્ન છોડી દેશો નહિ; કારણકે ખરોખર તેજ સમયે કિસ્મતનું ચક્કર ફરી જશે.

x

x

x

આજસુ થઈને રાહ જોયા કર નહિ; કેમકે ભાગ્યદેવી પણ એવી આજસુ છે કે, તે પોતાની મેળે તો કદી પણ તારી પાસે આવશે નહિ.

x

x

x

નિશ્ચિત ઉદ્દેશ ધરાવનાર મનુષ્યોએજ દર વખતે જગતનું સ્વરૂપ ફેરવ્યું છે.

x

x

x

પાસે પાઈ ન હોવી એ કંઈ ગરીબાઈ નથી, સંસ્કૃતિનો વધારો કરનાર માણસ ભિખારીની અવસ્થામાં મરણ પામે તોપણ તે પૈસાદાર છે; અને ભવિષ્યની પ્રજા તેનુંજ સ્મારક ઉભું કરવાની.

“ભાગ્યના સૃષ્ટાઓ”



અંધોની શક્તિ—“ગરીબ લોકોને દરિદ્રતામાંથી બહાર ખેંચી કાઢવાની, કંગાલ લોકોને તેમનાં દુઃખોમાંથી મુક્ત કરવાની, બાર ઉંચક-નારને તેના ખોળનું વિસ્મરણ કરાવવાની અને ખિમાર માણસોને તેમનું દર્દ ભૂલાવી દેવાની અંધોમાં જેટલી શક્તિ હોય છે, તેટલી શક્તિ ધણું કરીને બીજી કોઈ પણ ચીજમાં હોતી નથી.” “ભાગ્યના સૃષ્ટાઓ”

અત્યંત આવશ્યકતા—“લોકોની નૈતિક અને આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરવા માટે પ્રાચીન ઋષિ-મુનિઓના અંધોનાં ભાષાંતર થવાની અને પશ્ચિમ તરફની પણ ઉપયોગી બાબતોની માહિતી દેશી ભાષામાં આપવાની અત્યંત આવશ્યકતા છે.” “રાજ રામભાઈ ન રાય”

## ૮૪-આંખોની સંભાળ-કેવી રીતે વાંચવું ?

- (૧) આંખો ખેંચવી પડે એવા થોડા અજવાળામાં કદી વાંચવું નહિ.
- (૨) વાંચતી વખતે ડોકું નીચું નમાવી કદી વાંચવું નહિ. બરાબર દરકત ના ઉકલે તો ચોપડી આંખો પાસે લાવો, પણ વાંચતી યા લખતી વખતે ડોકું તો ટટારજ રાખો.
- (૩) આ વાત કદી ભૂલતા નહિ કે, તમારી આંખની કિંમત કોઈ પણ ચોપડી કરતાં વધારે છે અને તમારી આંખપરજ તમારા રક્ષણ તથા ક્ષતેહનો મુખ્ય આધાર છે.
- (૪) વાંચતીવખતે તમારી ચોપડી આંખોથી શુભરે ચૌદ ઇંચ દૂર રાખો.
- (૫) જ્યારે જ્યારે તમે બારી આગળ અથવા દીવાના પ્રકાશથી વાંચતા હો, ત્યારે એવી ગોઠવણ કરો કે, તે અજવાળું કાં તો તમારા માથા ઉપરથી અથવા તો ડાબી બાજુથી આવે. સામે પ્રકાશ રહેવાથી આંખોનું તેજ ધટે છે.
- (૬) થોડી થોડી વારને અંતરે ચોપડીની બહાર જરા વાર જોતા રહીને કે આંખો બિલકુલ બંધ કરતા રહીને તેને આરામ આપવો.
- (૭) ચોપડી ઉપર સૂર્યનાં કિરણ પડતાં હોય એવી રીતે કદી પણ વાંચવું નહિ.

- (૮) તમારી આંખો સવારસાંજ ચોખ્ખા અને ઠંડા પાણીથી ધોળો અને ફરવા નળો સારે લીલા ઘાસ અને ફરનાં ઝાડો તરફ લાંબી નજર નાખજો.
- (૯) આગગાડીમાં અથવા દોડતી ગાડીએ કદી વાંચવું નહિ.
- (૧૦) હીંચકો કે આરામખુરશીપર બેસીને કદી વાંચો નહિ, ટટાર બેસીનેજ વાંચવું.
- (૧૧) જે દીવેથી વાંચો તેનો પ્રકાશ પૂરતો અને સ્થિર હોવો જોઈએ અને તે પ્રકાશ આંખોપર ન પડતાં ચોપડીપર પડે તેવી રીતે કાગળ કે કપડાની આડ રાખવી.
- (૧૨) સીનેમેટોગ્રાફ તમારી આંખો ખગાડશે.

## ૮૫-નિર્જનતાને આરે

(લેખક:-વાસવાણી, “સૌરાષ્ટ્ર” તા.૨૮-૧૧-૨૫)

નિર્મળ આસ્માન નીચે, ક્રોધ વેરાન ગામને તીરે, તેની નિર્જન-તાને મારી બંદગીના સૂરોથી ભરતો હું ઉભો છું. પાસેજ નદીમાં પ્રલય-તોફાન ગાળે છે અને ઝંઝાવાતનાં ભીષણ ધમસાણુ ધુધવે છે; પણ એથીયે વિશેષ ભીષણુ ધમસાણુ તો મારા અંતરમાં મચ્યાં છે, કારણ કે મારી માતાના વદન ઉપર વિષાદ છવાયો છે.

પક્ષીઓ તેમનાં મધુર ગીત ગાય છે અને વન વનમાંથી કલ્લોલના સૂર ઉઠે છે, સુધાકર સુધા વરસે છે અને તારકો તેમનો સુજનનૂનો સંદેશ પાઠવે છે; પણ મારા અંતરમાં ઉદ્વેગ ઉભરાય છે, કારણકે મારી જનની જંજીરોનું દુઃખ વેડે છે.

કૃષ્ણચંદ્રના અને શુદ્ધ ભગવાનના આર્યાવર્તમાં લાખોના પગમાં બેડીઓ પડી છે, કરોડો ક્ષુધાથી પીડાય છે. આર્યાવર્ત જગતસન્નુખ ચીંથરેલાલ, ગમગીન, દીન બનીને ઉભો છે. તેનો એ અમર સંદેશ, વિશ્વની સંજીવનીસમો એ પ્રભુ-પ્રબોધિત ધર્મ ઉદ્દ્યોધવાને આજે આર્યાવર્તના હોઠ પણ ઉઘડતા નથી; અને એથી મારા અંતરમાં

વેદનાનો દાવાનળ સળગે છે. કારણ કે મારી માઠીનાં બાળકો અક્રિયન છે, કારણ કે મારી જનનીનું ઘર લૂંટાય છે, કારણ કે મારા બંધુઓ ઉપર દરિયાપારના વાસીઓએ આક્રમણો આદર્યાં છે.

છતાંએ, આ પુરાતન દેશના દુઃખનો કિનારો દૂર નથી, એવી આશાની વાણી ગિરિ-શિખરોપરથી સંભળાય છે અને આપણી લડતને અંતે માતાને શિરે વિજયનો મુગટ મંડાશે એવાં પ્રેરણા-વચન ભારતના પયગંબરો ભણે છે.

ફરી વાર પક્ષીઓ તેમનાં મધુર ગીત ગાય છે અને વન વનમાંથી કલ્લોલના સૂર ઉઠે છે, સુધાકર સુધા વરસે છે અને તારકો તેમનો સુજનનૂનો સંદેશ પ્રકાશે છે. એ નીરખી મારા અંતરમાં આશા ઉભરાય છે, ઉત્સાહની ભરતી ચઢે છે, શ્રદ્ધા પ્રગટે છે.

આર્યાવર્તનાં ઓ પુત્રપુત્રીઓ! ઓ સર્વપુરાતન ભારતવર્ષનાં સંતાનો! જાગો, અને પ્રભાતના પ્રકાશથી ઝળહળતા તમારી જનનીના-ભારત-માતાના તેજસ્વી મુખારવિંદનાં દર્શન કરો; એ જગતકલ્યાણિની જગદંબાની પૂજા કરો.

## ૮૬-પ્રાતઃકાળની શાંતિ-રોજ વહેલા ઉઠો.

( લેખક:-વેલજી દેવરાજ; “લોહાણા હિતેચ્છુ”-તા ૧૭-૧૨-૨૫ )

પ્રાતઃકાળનો સમય આખા દિવસમાં સૌથી અગત્યનો, આપણા જીવનની પ્રવૃત્તતા અને નિર્મળતાનો નિયામક છે. પ્રાતઃકાળમાં આપણું મન કેરા કાગળ જેવું ઉપાધિરહિત, ખીલતાં પુષ્પના જેવું હોય છે.

જેવી રીતે માનવજીવનમાં આલ્યાવસ્થા એ આખા જીવનના ખીન્નરોપણનો ભાગ છે-મૂળ છે, તેવીજ રીતે આખા દિવસમાં પ્રાતઃકાળ એ મૂળરૂપ છે. જેવું આલ્યજીવન સંસ્કારી ન થયું તેવું પછીનું જીવન જેમ મોટે ભાગે નિરર્થક જાય છે, તેમ જેણે પ્રાતઃકાળ ફેગટ શુભાવ્યો તેનો આખો દિવસ એળે જાય છે.

પ્રાતઃકાળમાં ઉઠતાંની સાથે એકાગ્રચિત્તે ઇશ્વરસ્મરણ કરી આપણા

હૃદયનાં દ્વાર પરમાત્મા તરફ ખુલ્લાં રાખી અપૂર્વ શાન્તિપૂર્વકે શુદ્ધ ભાવનાવડે સ્તુતિ કરવાથી આપણું જીવન દૈવી, નિર્મળ અને ઉપાધિ-રહિત થાય છે. આપણા જીવનને ઉત્તમ બનાવવામાટે પ્રાતઃકાળનો સમય કિંમતીમાં કિંમતી છે.

ગદ્ગદ કાલનાં બધાં દુઃખોનું વિસ્મરણ થતાં, બધાં દુઃખો મટી જઈ આજે પ્રાતઃકાળથી શાંતિપૂર્વક જીવનની શરૂઆત કરવાથી આપણું હૃદય હલકું થાય છે. જે કારણોથી દુઃખો ઉત્પન્ન થાય તે કારણો દૂર કરી નિર્મળ જીવન ગાળવા પ્રયાસ કરવાથી અપૂર્વ શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

દરરોજ નવો આરંભ થાય છે, દર સવારે નવી દુનિયા જન્મે છે. દુઃખ અને પાપથી કંટાળેલા ઓ મનુષ્યો! જીઓ, જીઓ, તમારે વાસ્તે તેમજ મારે માટે-દરેકને માટે આશાનું નવું કિરણ સૂર્ય છે.

જૂતકાળ જૂતમાં લીન થઈ ગયો, કામ થઈ ગયાં, આંસુ રેડાઈ ગયાં, ગદ્ગદ કાલની ભૂલો ગઈ કાલે ઢાંકી દીધી, ગદ્ગદ કાલના અસહ્ય ધા શાંતિ-જનક રાત્રિના પ્રભાવથી રૂઝાઈ ગયા.

પ્રાતઃકાળના સમયમાં કેટલી બધી પ્રેરણા રહેલી છે ! જે પ્રાતઃકાળના સમયનો સદુપયોગ કરવામાં આવે તો આપણાં જીવન-ધણા તુલક સમયમાં વહેલા ઉઠવાથી મન એટલું બધું પ્રકૃત્સ્થિત રહે છે અને તે સમયે કરેલી શુદ્ધ હૃદયની પ્રભુપ્રાર્થના એટલી બધી સફળ નિવડે છે, કે જેથી આપણું જીવન કાંઈક ઓર પ્રકારનું બની જાય છે, આપણા જીવનમાં નવીન પ્રકારનું જોર આવે છે, આપણા જીવનમાં નવીન પ્રકારની શાંતિ આવી જાય છે અને આખા દિવસનાં કાર્યોમાં પણ સફળતા મેળવી શકાય છે.

જ્યારે જ્યારે આપણે પ્રમાદને વશ થઈ પ્રાતઃકાળનો સમય ગુમાવી નાખીએ છીએ, ત્યારે ત્યારે આખા દિવસની રસિકતા ખોઈ બેસીએ છીએ; એટલુંજ નહિ પણ આખો દિવસ લગભગ નિર્થક જાય છે.

જેમણે પ્રાતઃકાળમાં નિયમિત રીતે ઉઠવાની, ઉઠીને ક્રમાનુસાર નિલકર્તવ્ય કરવાની યોજના ધરી રાખી છે અને તે પ્રમાણે જે વર્તે

છે, તેમના જીવનમાં ધણા પ્રકારે ફેરફાર થયેલો આપણે પ્રત્યક્ષ જોઈ શકીએ છીએ.

જે વિદ્યાર્થી પ્રાતઃકાળમાં વહેલો ઉઠી પોતાના અભ્યાસ કરે છે, તે પોતાના અભ્યાસમાં સફળતા પ્રાપ્ત કર્યાવિના રહેતો નથી. પ્રાતઃકાળના એક કલાકની સરખામણી ત્યારપછીના બે-ચાર કલાક સાથે પણ કરી શકાય નહિ; કારણકે તે વખતે પુષ્કળ શાંતિ હોય છે અને કોઈપણ પ્રકારની ઉપાધિ ન હોવાથી ધણું સારું કામ થઈ શકે છે.

પ્રાતઃકાળમાં વહેલા ક્યારે અને કેવી રીતે ઉઠી શકાય ? આ પ્રશ્ન આપણને સહેજે ઉપસ્થિત થશે. જેવી ટેવ પાડીએ તેવી પડી શકે છે. જો સવારે વહેલા ઉઠવાની ટેવ ન હોય તો પહેલાં એકાદ બે માસ બહુજ મુશ્કેલ લાગશે; પણ ટેવ પડી ગયા પછી એટલો બધો આનંદ થશે અને તે ઉપરાંત જીવનમાં પ્રયુક્તતા આવી જશે કે બે માસ સુધી બોગવેલી મુશ્કેલી સહેજે ભૂલી જવાશે.

કેટલાકને સવારે વહેલા ઉઠાડવાની જરૂર પડે છે, ત્યારે કેટલાક ઘડિયાળમાં ઘંટડીની ચાવી રાખી ધારેલા સમયે ઉઠી શકે છે. આ બંધું છતાં નીચેની બે બાબતોપર ખાસ લક્ષ્ય આપવાની જરૂર છે; કારણકે તે બાબતો પ્રમાણે વર્તવામાં આવે તો વહેલા ઉઠવાની ટેવ પાડવાનું સુગમ થઈ પડશે.

૧-રાત્રે સૂતા પહેલાં ઓછામાં ઓછા બેથી ત્રી કલાક પહેલાં જમી લેવું જોઈએ. જમીને તુરત સૂવાથી મોડું ઉઠાય છે.

૨-રાત્રે સૂતી વખતે સવારે વહેલા ઉઠવાનો દંઢતાપૂર્વક નિશ્ચય કરવાથી ધારેલે સમયે ઉઠી શકાય છે.

પ્રત્યેક વાચક આ બાબતપર વિચાર કરી પોતાના જીવનમાં ઉતારશે, તો તેમને ફાયદો થયા વિના રહેશે નહિ.

# ૮૭—સ્ત્રીજાતિના હૃદયને જરૂર સમજાવે, નહિ તો મોટા ગુન્હેગાર થશે.

( હિંદી માસિક ‘ગૃહલક્ષ્મી’ ઉપરથી )

મહાભારતમાં કહ્યું છે કે:—સ્ત્રી એ પ્રકૃતિની પુત્રી છે. તેના તરફ તું કાપદષ્ટિથી જોતો નહિ. તેનું હૃદય કોમળ છે. તેના પર વિશ્વાસ રાખ.

જે ઘરમાં સ્ત્રીઓનું માન નથી હોતું, તે કુળનો નાશ થઈ જાય છે.

કોઈ કહે છે કે, માતા મોટી છે; સારે કોઈ કહે છે કે, બાપ મોટા છે. મારા મત પ્રમાણે માતાજી મહાન છે; કેમકે તે સંતાનોના પાલનપોષણ જેવું કંઈક કાર્ય કરવા છતાં પણ તેનું મુખ અને ચિત્ત પ્રસન્ન દેખાય છે.

બાચરન કહે છે કે:—પુરુષો ભણે હજારો કામ કરે છે; પરંતુ સ્ત્રીઓ તો માત્ર પ્રેમ રાખે છે અને પોતાની આખી ઉંમર તેમાંજ વીતાવે છે.

બાલનક કહે છે કે:—સ્ત્રી, પ્રેમ, સરળતા, એ એકજ સ્ત્રીજાતિનાં જૂદાં જૂદાં નામ છે.

શેક્સપિયર:—પુરુષ, એજ સ્ત્રીનું સૌભાગ્ય છે, એ વાત ખરી; પરંતુ જો તે પતિ સ્ત્રી પર પ્રેમ ન રાખે અને તેની સંભાળ ન લે, તો તેની એવીજ હાલત થાય છે, કે જેવી હાલત એક જીતી લીધેલા માણસની કાળજી કે પરવા નહિ કરવાથી ખરાબ થાય—તેવી હાલત તેની થાય છે. એવી સ્થિતિમાં તે સ્ત્રીની આંખોનું તેજ મંદ પડી જાય છે અને તેના જીવનનો નાશ થાય છે. આ પ્રમાણે થવા છતાં પણ એ સ્ત્રીજાતિની ખુબી તો એ છે કે, તેને અંદર ને અંદર ફોરી ખાવાવાળો ઉપદ્રો જે રોગ મહાદુઃખી રાખે છે, તેની બીજા કોઈને ખબર પણ પહોંચવા પામતી નથી. જેમ એકાદ ધાયલ કણ્ઠતર પોતાની પાંખો ઢાંકી દબને પોતાનો ધા છુપાવી રાખે છે, તેજ પ્રમાણે સ્ત્રી પણ તેના શોક અને દુર્ભાગને પુરુષવર્ગથી છુપાવી રાખે છે. પરિણામ એ આવે છે કે, તે આ પ્રમાણે ઝુરી ઝુરીને મરી જાય છે !

**સીનતિના હૃદયને સમજાવે, નહિ તો ગુન્હેગાર થશો. ૧૬૯**

**રામસરે કહે છે કે:-**આ દેવિ ! તું રાત્રિનો તારો અને દિવસનો હીરો છે. તું ઝાકળનાં ખિંડુ જેવી છે, કે જેનાથી કાંટાનાં મુખ પણ મોતીથી ભરાઈ જાય છે. જ્યારે તારી આંખોનું તેજ અમારા હૃદયને શાંત કરતું નથી, ત્યારે રાત્રિદિવસ અમારે માટે નિઃસત્વ છે અને ઉદાસીનતાથી ભરેલાં રહે છે.

**મેથ્યુન હેરી:-**સ્ત્રી પણ પુરુષના હૃદયથીજ ઉત્પન્ન થઈ છે; કાંઈ તેના મસ્તકમાંથી તે નથી ઉપજી કે તે પુરુષના ઉપર રાજ્ય ચલાવે. તેના હૃદયથી ઉત્પન્ન થવાને લીધે તે તો સદા તેના-પુરુષના ઉપર પ્રેમજ રાખે. એ તો પુરુષના હાથ નીચેથી ઉત્પન્ન થયેલી હોવાથી પુરુષજાતિના રક્ષણ નીચેજ રહે છે.

**લૉર્ડ બેકન:-**જે સ્ત્રી પતિવ્રતા હશે, તેનામાંજ આત્મગૌરવ-સાત્વિક સ્વાભિમાન જણાશે, રહેશે.

**હુરમુજ કહે છે કે:-**સુંદર અને સદાચારિણી સ્ત્રી પરમેશ્વરની સૃષ્ટિનું સર્વોત્તમ અને બહુમૂલ્ય રત્ન છે, કે જેને માટે દેવો પણ અભિમાન લઈ શકે છે.

**ગોલ્ડસ્મિથ કહે છે કે:-**સ્ત્રી, એ તો કાંટાળી ઝાડીને ફૂલવાડી-માંજ ફેરવી નાખે છે ! અરે ! એ તો ગરીબમાં ગરીબ માણસના ધરને પણ “સંસારનું સુશીલ સ્વર્ગ” બનાવી દે છે !

**લ્યુથર કહે છે કે:-**મેં વારંવાર જોયું છે કે, જો સ્ત્રીઓ કોઈ પણ રસ્તે ધર્મશિક્ષણ-શુભ શિક્ષણને પ્રાપ્ત કરે છે, તો તેમનામાં વિશ્વાસ, ઉદ્વેગ, સાહસ અને ભક્તિના ગુણો પુરુષો કરતાં કેટલાયે વધી જાય છે.

**એલેક્ઝાન્ડર સ્મિથ કહે છે કે:-**જ્યારે હું કોઈ દેવીને જોઉં છું, ત્યારે હું જાણે ઈશ્વરની સન્મુખ ઉભો હોઉં, એમ મને લાગે છે. ઇશ્વરે આ સંસારમાં તારાઓ બનાવ્યાને લાખો વર્ષ વીતી ગયાં; પણ તું (સ્ત્રીજાતિ) તો તેની છેલ્લામાં છેલ્લીજ (બહુ આવડત અને કારી-ગરીવાળી) જણાય છે. તું તો ચંદ્રની શાંત રોશની છે, તેની શીતળ સ્નિગ્ધ કોમળ ચંદ્રિકા છે. તું તો હૃદયની શાંતિ છે. વહાલી પુત્રિ !

તું આજેજ એવી છે, તો પછી મોટી થયા પછી તો વળી કેવી થઇશ તે કહી પણ કેમ શકાય !

પોપ કહે છે કે:-સ્ત્રીઓનું હૃદય હમેશાં કામળ અને શાંત હોય છે. તેમનામાં ક્રોધ તો હોતોજ નથી.

મિહટન:-શાળાઓનું મહાનમાં મહાન શિક્ષણ પણ તેના-માતા તરફના શિક્ષણ આગળ તુચ્છ છે; અને મોટા વિદ્વાન શિક્ષક પણ તેના આગળ તો ચકલીના ચીં ચીં જેવા છે. સુયોગ્ય માતાની તુલનામાં તેની બુદ્ધિ અને માન, એ તો સાચા મોતી આગળ સાધારણ પથ્થર હોય તેવાં માલમ પડે છે. તેનું હૃદય પ્રેમ અને નીતિનું ઘર છે અને તેની દૃષ્ટિમાંથી એટલું અમીતેજ ઝરે છે, કે જેને જોઇને સ્વર્ગના દેવ-તાઓ પણ તેને વંદન કરે છે !

કાર્લીટન:-એવી કયા ઉંચાઈ છે કે જ્યાં સ્ત્રી ન ચઢી શકે ? એવું ક્યું સ્થાન છે કે જ્યાં તે ન જઇ શકે ? હજારો અપરાધને તે ક્ષમા આપી શકે છે. કોઇ પણ વાતમાં તે એક વાર નિશ્ચય કરી લે, એટલે પછી સંસારની કોઇપણ શક્તિ તેને રોકી શકે તેમ નથી અને તેને કોઇની પરવા પણ હોતી નથી. ઓ દેવિ ! તારા સિવાય સંસારના પુરુષોના શા હાલ યાત ? પુરુષની નિરાશા, દિલગીરી, દુઃખ, દરિદ્રતા એ બધાં મળીને પણ તારા હૃદયમાંથી પ્રેમભાવને છીનવી લઇ શકતાં નથી !

લૉર્ડ આસ્કર ચાર્લી કહે છે કે:-સ્ત્રીજાતિના પ્રતાપેજ આપણે ન્યાય અને ધર્મની મૂર્તિ બનીએ છીએ. તેની દિવ્ય જ્યોતિજ આપણા હૃદયના અવગુણોને દૂર નસાડી દે છે.

અનાતોલ ફ્રાન્સ કહે છે કે:-સ્ત્રી કોઇપણ પ્રકારનો વામદો નથી કરતી; પરંતુ ઉલટી તે તો સમય આવતાં પતિને માટે પોતાનું સર્વસ્વ સમર્પણ કરે છે. બીજી બાજુપર પુરુષ બહુ વાયદા કરે છે અને વળી વખત આવ્યે અવળા પણ થઇ બેસે છે !

રવીન્દ્રનાથ કહે છે કે:-સુશીલ સ્ત્રી ઈશ્વરનો સૌથી ઉત્તમ પ્રકાશ છે અને તેના થકીજ તે સંસારની શોભા વધારી રહી છે.



દ્વિજન્દ્રલાલ કહે છે કે:-કોઇ દુષ્ટ સ્ત્રી સાથે લગ્ન થવું, એ તો સંસારમાં સૌથી મહાન દુઃખ છે, કે જે દુઃખદારા ઇશ્વર પાપીઓને પણ ડરાવે છે-ધમકાવે છે.

અજ્ઞાત:-દેવીઓ ઇચ્છે તો સ્વર્ગને નરક અને નરકને સ્વર્ગ બનાવી શકે છે, ધનવાનને નિર્ધન અને નિર્ધનને ધનવાન બનાવી શકે છે.

એવું કયું કામ છે કે જે સ્ત્રીઓ ઇચ્છે ને ન કરી શકે? અને એવી ક્ષમી બાબત છે કે જે તેની શક્તિની બહાર હોય?

સ્ત્રીરૂપી પુષ્પની ગ્રેમરૂપી સુગંધ સમસ્ત સંસારને સુગંધિત કરે છે અને પુરુષોને ગમે તેવી સ્થિતિમાંથી પણ શાંત-સુખી બનાવી દે છે.

## ૮૮-પાણી સ્વચ્છ કરવાના કેટલાક ઉપાય

( ‘ગૃહલક્ષ્મી’માંથી; લેખિકા:-કુમારી મુક્તાવલી )

વરસાદમાં ઘણી ખરી જગાએ પાણી ગંદાં થઇ જાય છે. ગલીકુંડી, મોરી વગેરે અપવિત્ર સ્થળોનાં પાણી નદી-તળાવોમાં જઇ મળે છે, ફૂવા-ઓમાં પણ કોઇ ને કોઇ પ્રકારે આવાં તેવાં દૂષિત પાણી પહોંચી જાય છે. વર્ષાઋતુમાં ચોખ્ખું પાણી પીવાનું ન મળે તો લાદરબા-આસોમાં તાવની દહેશત રહે છે. આપણી બહુ ઓછી બહેનો પાણી સાફ કરી જાણે છે, તેથી હું તેમના હિતને ખાતર અત્રે કેટલાક ઉપાયો લખું છું.

૧-સાધારણ રીતે પાણી ગંદું હોય અને તેમાં કોઇ પણ જાતના કીડા (રોગોત્પાદક જંતુ) હશે એમ લાગે, તો એવા પાણીને તાંબાના વાસણમાં ૧૦-૧૨ કલાક સુધી રાખી મૂકીને પછી ગાળીને પીવાથી રોગનો ઓછો સંભવ રહે છે. ગાંઠીઆની મરકીના સમયમાં તો તાંબાના વાસણનું પાણી અત્યંત નિર્ભય મનાયું છે; કેમકે પ્લેગના-ગાંઠીઆ તાવની બિમારીના જંતુઓને મારવાની તાંબામાં કોઈ અપૂર્વ શક્તિ રહેલી છે. આપણાં પૂજ્ય વગેરેનાં વાસણો ઘણેલાગે તાંબાનાં રાખવા-માં ઋષિમુનિઓનીજ બુદ્ધિ અને ડહાપણ રહેલાં છે. તેઓ કોઇપણ બાબત સિદ્ધાંતસિવાય કરતા નહોતા.

૨-પાણી જે વધારે ગંદુ અને રંગીન ( લાલ-પીળુ ) થઇ ગયું હોય તો એક ઘડા પાણીમાં એક અથવા અર્ધાં નિર્મળી ( નિર્મળી એ એક જાતના ફળની મીઠુનું-ખીતું નામ છે અને તે સર્વ ઠેકાણે મળે છે. ) ઘસીને પાણીમાં સારી રીતે ભેળવ્યા પછી જે ત્રણ કલાક સુધી તેમાંની એ ભેળવણી તેમજ જે કાંઈ મેલા જંતુ વગેરે હોય તે નીચે ઠરી જવા દેવું અને પછી ઉપરનું સ્વચ્છ પાણી નીતારી તથા ગાળી લઇને પીવું. ગંદામાં ગંદુ પાણી પણ આવી રીતે નિર્મળ-સ્વચ્છ કરી દેવાના ગુણને લીધેજ તેનું નામ ' નિર્મળી ' પડ્યું છે. કહે છે કે, બદામની મીઠમાં પણ ઉપરોક્ત ગુણ છે; પરંતુ આ લખનારે તેની કદી અજમાયશ નથી કરી. આપ ઇચ્છો તો અનુભવ કરી શકો છો.

૩-આ ઉપાય બહુ સરળ છે. ગંદા પાણીના વાસણમાં થોડોક પાણી નાખો એટલે પાણી સ્વચ્છ થઇ જશે; પણ આ પ્રયોગ બાળકવાળાં ઘર અથવા જ્યાં ઘણાં માણસો એકજ ઘરમાં રહેતાં હોય, ત્યાં સાવધાની-પૂર્વકજ કરવો જોઇએ, નહિ તો બાળક તેને કોઇ ખાવાની વસ્તુ સમજીને ચપાટી જાય અથવા તમારાથીજ બૂલમાં કોઇને પાઇ દેવાનો સંભવ છે.

૪-જંતુઓને દૂર કરવામાટે પાણીને ઉકાળીને પછી ઠરવા દઇ પીવું જોઇએ. આ પ્રકારે સર્વ જાતનાં જંતુ દૂર થાય છે, એમાં શંકાજ નથી; પણ એની સાથે સાથે પાણી પણ સત્વલીન થઈ જાય છેજ; કેમકે તેમાંની કુદરતી ઓજસ-શક્તિ ઉકાળવાથી નાબૂદ થઇ જાય છે, છતાં પણ જ્યાં રોગની દહેશત હોય ત્યાં તો ખરાબ પાણી પીવા કરતાં ઉકાળેલું પાણી પીવું એજ સાફ છે.

૫-ફૂવાને પણ સાફ રાખવાના ઉપાય બતાવીએ છીએ. ફૂવામાં પરમેંગેનટ ઓક્સાઇડ પોટાસ નાખવાથી પાણી સાફ થાય છે. આ એક અગ્રેજી દવા છે અને ભારતવર્ષમાં સર્વ રથજે તે મફત વહેંચવામાં આવે છે. તે નાખવાથી બાર કલાક સુધી પાણી પીવા યોગ્ય રહેતું નથી; કેમકે તે લાલ થઇ જાય છે. એ પાણી લાલ રંગનું મટી જઇ સફેદ રંગનું થઇ જાય, ત્યારેજ તેને પીવાલાયક થયેલું સમજવું જોઇએ.

# ૮૯-રામનવમી-રામજયંતિનો ઉત્સવ

(“કર્મભૂમિ” તા. ૨૨-૪-૨૬ નો અગ્રભાગ)

(વાંચનાર! પ્રત્યેક રામનવમીના દિવસે નીચે આપેલા ઉતારાઓ વાંચવા-વંચાવવાનું, સાંભળવા-સંભળાવવાનું ચૂકતાજ નહિ.)

“રાવણુના સેતાની છત્રની છાયાતળે અસુરો ઉન્મત્ત બનેલા હતા; રાક્ષસી સુર્પણખા આખા દેશને પોતાના ભીષણ અને કારમા નખોથી ભયંકર રીતે ઉઝરડી રહી હતી; રાવણુના સુખા-ખર અને દૂષણ-દેશ-ભરમાં અનીતિનું સામ્રાજ્ય માંડી રહ્યા હતા. કુંભકર્ણુ પ્રજ્ઞના મોટા ભાગને આખો ને આખોજ ગળતો હતો.”

“ધમ્મિરપરાયણુ સાત્ત્વિક બુદ્ધિવાળા વિભીષણે રાવણુી રાજ્યના અધર્મની સામે માથું ઉપાડ્યું; પરંતુ સામ્રાજ્યના મદથી ઉન્મત્ત થયેલા રાક્ષસોને વિભીષણુના વેણુસામે કાન ધરવાની પુરસદ નહોતી-પરવા નહોતી. રાવણુ તો પોતાના મહારાજ્યનાં દશવિધ ખાતાંઓમાં એક-મુખીજ કારભાર ખેડતો હતો, પ્રજ્ઞમાં એક શબ્દસુદ્ધાંયે બોલવાની સત્તા નહોતી-તાકાદ નહોતી; ને પોતાના નાનકડા બેટમાં બેઠેલો રાવણુ અનેક વેળાએ ગર્વથી છાતી પુલાવતો.”

“રાવણુ માનતો હતો કે, ‘હું જગતભરતનું ભલું કરવાનેજ સરજાયેલો છું. મારી સત્તા સર્વોપરિ છે, મારું બળ અતુલ છે, મારી સંસ્કૃતિ સર્વશ્રેષ્ઠ છે. પ્રજ્ઞને રંજીડીને-તેને નીચોવીનેય જગતનાં સુખોનો ઉપભોગ કરવાનું મારે કાળે સુલભ છે.’ રાવણુની આસપાસના કારભારીઓ રાવણુના આ ગર્વને-તેના આ પાપને-પોષવામાંજ પોતાના જીવનની ઇતિકર્તવ્યતા સમજતા હતા.”

“ને રાવણુની લંકાના માણસોની મનોદશા પણ કેવી હતી? બિચારા લોકો માનતા હતા કે, ધર્મનું પાલન એ તો દુર્બળ લોકોનુંજ કાર્ય છે! ધર્મના બધા ઇજારા-ધર્મની બધી ભાવના-ધર્મનાં બધાં કાર્યો-રાજ અને રાજ્યમાંજ સમાયેલાં છે! સમ્રાટોની શક્તિઓ તો ધર્મથીજ

શ્રેષ્ઠ છે. સામ્રાજ્ય પોતાના હાથમાં વિજયપતાકા લઈને જ્યારે જ્યારે ધુમી રહે છે, ત્યારે ત્યારે ભગવાન દિવસના ચંદ્રમાની પેઠે આકાશના કોઈ ખૂણામાં જ સંતાઈ રહે છે.”

બહુ થયું, રાવણના પાપનો ધડો ભરાઈ ગયો, ધરતીમાતાપરનો પાપનો ભાર અસહ્ય થયો. ધરતી સળવળી સરજનહારને શરણે ગઈ. ધરતીમાતાએ વેણુ કાઢ્યાં:—“કૃપાનાથ ! આ પાપનો ભાર હવે નથી સહેવાતો, મારા ખોળાપરના માનવીઓની આસ્થા ભૂકા થઈ છે, તપસ્યા અને ધર્મપાલનનું આજની દુનિયામાં નામેય નથી, સુરાપાનની આજે છોળો ઉડી રહી છે. વાતાવરણના આણુએ આણુમાં અત્યાચાર વ્યાપી રહ્યો છે. લોકાની રાષ્ટ્રદેવી પહોરે પહોરે હજારો માણસોનો ભક્ષ માંડે છે, દેવો સંતાઈ ગયા છે. નાથ ! સર્વનાશ આવ્યો છે. બચાવો !”

“અને જગદીશ્વરે પૃથ્વીને આશ્વાસન આપ્યું: ‘દેવિ ! શ્રદ્ધા રાખ. મનુષ્યોમાં ઈશ્વરી અંશ પ્રકટ થશે. વાનરોને હાથેજ રાવણ પરાભવ પામશે. વજ્રકાય, વજ્રકૌપીન બાળકો દેશમાં પ્રગટ થશે, ધર્મની જગૃતિ થશે. આ બધાને કારણે પરમાત્મા પ્રકટ થશે !”

“પછી તો દશરથે તપસ્યા આદરી—ધર્મનો તેણે અગ્નિ ચેતાવ્યો. યજ્ઞ-પુરુષે પાયસરૂપી ચૈતન્ય આપ્યું. થોડાક ચમત્કારો થયા, કોઈ આગાહીઓ ઉઠી ને આવતા અવતારને ચરણે માથું નમાવવાને જનતા અધીરી બની.”

“પાપનો ક્ષય થયો, ધર્મનો ઉદય થયો, અવતારની ધડી આવી લાગી ને ભગવાન રામનો જન્મ થયો. કેવો તે દિવસે પ્રજાનો આનંદ !”

“રાવણ અને તેના રાક્ષસી કારભારીઓના અત્યાચારો તો જેવા ને તેવાજ ચાલતા હતા. કાંચનમૃગ મારીચની રાક્ષસી માયાનો સત્યાનાશ હજી નહોતો મંડાયો; પણ રામનો જન્મ થયો હતો ને ! પ્રજાએ ઉત્સવ માંડ્યા.”

“પરધુરામાં પીડાતી પ્રજાને રામજન્મનો આનંદ અનેરો હતો—અપૂર્વ હતો. રામ એટલે સત્ય, રામ એટલે ક્ષમા, રામ એટલે દયા ને રામ એટલે ધર્મ અને અસ્તેય !”

“રામે પોતાનું અવતારકાર્ય શરૂ કર્યું. પિતાના એક ખોલને ખાતર

રામે રાજ્ય છોડ્યું, ધોળીને સંતોષવાને રામે સીતાને તબ્બાં; અન્યાય, અધર્મ અને અત્યાચાર સામે રામે દુશ્મનાવટ માંડી. જનતાએ રામ-જન્મમાં પોતાની મુક્તિ દીધી, સ્વાતંત્ર્ય જોયું, ધર્મરાજ્ય દેખ્યું.”

“ત્યારથી તે આજસુધી જનતા રામજન્મનો ઉત્સવ માંડે છે તે અમરતો નથી.”

## ૯૦—ભારતીય સેવકો અને આગેવાનો !

તમને કેમ આવી રાષ્ટ્રસંતતિની સુંદર સેવા નથી સૂઝતી ?

(હિંદી માસિક “ગૃહલક્ષ્મી” ઉપરથી)

અનાથ બાળકોને, તેમજ જેમના પાલનપોષણનું માતા પાસે પૂરતું સાધન નથી હોતું તેવાં બાળકોને, ક્રાન્સમાં “રાષ્ટ્રસંતાન” કહેવામાં આવે છે. ક્રાન્સમાં રાજ્ય તરફથી એવાં કેટલાંએ આશ્રમો ચાલે છે, કે જ્યાં ગરીબ માતાઓ અને ખીજાઓ બાળકોને મૂકી જાય છે.

આ બાળકમાં ક્રાન્સ પાસેથી ખીજાં રાષ્ટ્રોને ઘણું શીખવાનું છે. ક્રાન્સના લોકો સ્વીકારે છે કે, એવી ઘણી પરિસ્થિતિઓ છે કે જેમાં સ્ત્રીને પોતાના બાળકનો ત્યાગ કરવો અનિવાર્ય થઈ પડે છે. આથી ત્યાં રાજ્ય તરફથી એક એવો વિભાગ ખોલવામાં આવ્યો છે, કે જેથી બાળકોને કરવા કરતાં સ્ત્રીઓ પોતાના બાળકને રાષ્ટ્રને હવાલે કરી દે; પણ પ્રથમ તો સ્ત્રીઓ પોતાના પોતાનાં સંતાનનું પાલનપોષણ કરે, એવો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. આવાં આશ્રમોમાં એક દરવાજો એવો હોય છે, કે જે સ્ત્રીની જતી વખતે ઉઘડે છે અને તે અંદર પહોંચે છે એટલે તરતજ બંધ થઈ જાય છે. આ રીતે સ્ત્રી એક એકાંત ઓરડામાં પહોંચી જઈને ત્યાં તે કેટલીક વારસુધી એકલી રહે છે અને દિવાલો ઉપર ટાંગેલી હકીકતો વાંચે છે. એ હકીકતો વાંચતાં વાંચતાં તેને સમજાય છે કે, બાળક રાષ્ટ્રને આપી દીધા પછી તેને તે ફરીથી પાછું લઈ જઈ શકશે નહિ. વળી રાષ્ટ્ર તેને કેવી રીતે પાળશે—પોષશે તે વાત પણ તેને સમજાય છે. એ પછી થોડી વારે તેને ખીજા ઓરડામાં આશ્રમ-

ના મંત્રી-સેક્રેટરી પાસે બોલાવે છે. સેક્રેટરી પ્રથમ તો તેને બાળકનું પાલન-પોષણ જાતેજ કરવા સમજાવે છે તથા તેને રોજગાર વગેરે શોધવાની યુક્તિઓ બતાવે છે; અને સ્ત્રીને તે વાત પસંદ નજ પડે, તોપણ તે એક કાગળ લખીને તૈયાર કરે છે અને તેના ઉપર સ્ત્રી પોતાની સહી કરે છે અને બાળકને તેમને હવાલે સોંપે છે. એ પછી અમુક વખત સુધીમાં તે પોતાનો વિચાર ફેરવતી નથી, તો તે બાળકના ગળામાં એક સફેદ મણકાની માળા પહેરાવવામાં આવે છે અને તે ઉપરથી તે રાષ્ટ્રની મિલકત ગણાય છે.

## ૯૧-શિવાજી કી પ્રતિજ્ઞા

જનની સમાન, જન્મભૂમિ કષ્ટ પા રહી,  
જકડી પડી અનાથ અશ્રુ હૈં બહા રહી;  
કોઈ નહીં સહાય, હાય હાય કર રહી,  
તન છીન, મન મહીન દીન આહ ભર રહી;  
સખ પાશ કાટકર ઇસે સ્વતંત્ર બનાઉં,  
તખ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૧  
આચે ન આર્યવર્ત મેં ચે શત્રુ-ભૂપ હૈં,  
ઉતરે મનુષ્યવેષ મેં નિશિચર સ્વરૂપ હૈં;  
મંદિર ખીગાડ, ઘર ઉભાડ કર સતા રહે,  
હિંદૂ સ્ત્રિયોં ને કયા ન અત્યાચાર હૈં સહે;  
ઇનકે સિરોં કી ભેંટ ભવાની કે ચઢાઉં,  
તખ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૨  
કીતને કુલોં કી માન મર્યાદા વિનષ્ટ કી,  
સીમા નહીં હૈં ગાય બેચારી કે કષ્ટ કી;  
મેરી પવિત્ર માતૃભૂમિ દલિત હો રહી,

માલિક બને હૈં આજ ઉસકે કોઇ ઓર હી;  
 ઇનકા મિટાઉં નામ હિંદુ નામ બચાઉં,  
 તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૩  
 કિતને સિરોં સે ચોટિયાં જબરન ઉતાર લીં,  
 બદલે મેં ચોટિયોં કે ચા ગરહન ઉતાર લીં;  
 કયા કયા કહું હા! સોચતે હી દિલ દહલ જતા,  
 બાહોં ફડકતી ખૂન આંખોં ઉતર આતા;  
 ઇનકો પરાસ્ત કર વિજય કે કેતુ ફહરાઉં,  
 તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૪  
 એસી લગાઉં આગ ચવનવન વિનાશ હો,  
 ઇસ અંધકારમેં પુનઃ સુંદર પ્રકાશ હો;  
 ઉલટી બહાઉં ધાર ગંગા કી પહાડ કો,  
 મૈં એક દાને સે દીખા દૂં ફેડ ભાડ કો;  
 કોઇ બચે ન શત્રુ એસી ખડ્ગ ચલાઉં,  
 તબ મૈં યથાર્થ હી શિવાજી વીર કહાઉં. ૫

## હર-હર હર મહાદેવ

( ચાકન દુર્ગ જીતને કે લિયે શિવાજી મહારાજ કા ચારણ મહા-  
 રાષ્ટ્ર સિપાહિયોં કો ઉત્સાહિત કરતા હૈં ઓર સૈનિકગણ ઉસકા પ્રત્યુ-  
 ત્તર દેતે હૈં. )

ચારણ:-

ચાકન કે ઉતુંગ કિલેપર શત્રુ-પતાકા ફહરાઇ,  
 મહારાષ્ટ્રપર તુકીં દલ કી દીખ રહી હૈં પ્રભુતાઇ;  
 ઉઠો રાષ્ટ્ર કે ઉફલટ વીરો સુત દારા કા મોહ તજો,  
 છુરા વ્યાઘ્રનખ ખડ્ગ તીર સે વીર ખાંકુરે ખૂબ સજો. ૧  
 શુ. ૧૨

સૈનિકગણ:-

રાખ્રે હમારા ઘર હૈ, ઇસકે પહરેદાર સિપાહી હમ,  
 સૌથ સમઝકર રખના ઇસમેં તુકોં કે ઐ ભૂપ! કદમ;  
 આતે હૈં હમ ચાકન પર સે ચવની ધ્વજ ગિરાને કો,  
 માતૃ-ભૂમિ કી છાતી પર સે તેરા કદમ હટાને કો. ૨  
 મહાકાલ ઉસ રુદ્રમૂર્તિ કી શક્તિ હમારી માતા હૈ,  
 મહારાષ્ટ્ર કી દિવ્ય દેવતા તન મન ધન કી ત્રાતા હૈ;  
 ગોપ્રાક્ષણહિત છોડ પ્રાણ હમ ધર્મધ્વજ ફહરાયેંગે,  
 ખડ્ગવજ સે શત્રુશૈલ કા મસ્તક તોડ ગિરાયેંગે. ૩  
 જયે દેવતા જીજ્ઞાસા પૂર્વ દિશાસી કાન્તિમયી,  
 જુગજુગ જિયે શિવાજી ભાસ્કર જિનકી જવાલા તેજમયી;  
 કિરણ સદૃશ હમ ધિર જાયેંગે દિશા દિશામેં ફેલેંગે,  
 માર માર કર તુકોંકો હમ પૈરોં તલે મસલ દેંગે. ૪  
 ચઢે ચલો બાદલ સે વીરો તોરણ કે ચહું ઓર ધિરો,  
 ઉમડ ધુમડ કર બેહદ બરસો ટૂટ ટૂટ કર ખૂબ કરો;  
 માતા કા સ્તનપાન ક્રિયા હૈ ઉસે ન બદ્ધ લગ જાયે,  
 છત્રપતિ કા માન બઢે જગ મેં શુભ ડંકા બજ જાયે. ૫  
 મહારાષ્ટ્ર કી આન રહેગી ગોપ્રાક્ષણ રક્ષિત હોંગે,  
 તુકીં દલ કી રુધિરનદી મેં વીર ચરણ વિપ્લુત હોંગે;  
 હિન્દુપન કી લાજ બચેગી દેવાલય સજ જાયેંગે,  
 હોંગે હમ સ્વાધીન આજ ચોં વીરમૃત્યુ કો પાયેંગે. ૬  
 હર હર મહાદેવ



## ૯૩—આનંદસાગર બ્રહ્મની આરાધના

આનંદસાગર બ્રહ્મ આરાધીએ, એવું વેદવચન નિર્ધાર જો;  
આનંદમાંથી સૌ જગ ઉપજે, એવે આનંદે સંસાર જો. આ૦ ૧  
ખંતે આનંદમાં સરવે સમે, તે આનંદ અચલ કે'વાય જો;  
બધુ ને આદિ તે બ્રહ્મા લગી, સૌમાં સરખો આનંદ થાય જો. આ૦ ૨  
આનંદ વિષયોમાં જે કેા કહે, તેને ગુરુની ગમ ના હોય જો;  
જડ વિષયોમાં આનંદ ના રહે, આનંદ ચૈતન્યમધ્યે જોય જો. આ૦ ૩  
વિષયવિષે જે આનંદ થાય છે, તેનો જોજો કરી વિચાર જો;  
ક્ષમતી વૃત્તિ હોય છે એવની, દેખી વિષય ઠરે છે ઠાર જો;  
તેમાં પડે પ્રતિબિંબ બ્રહ્મનું, તેમાં છે આનંદ નિર્ધાર જો. આ૦ ૪  
સૂકાં અસ્થિ વિષે જ્યમ શ્વાનને, ખાતાં મુખનું લોહી લપટાય જો;  
ત્યમ ત્યમ ખાય ઘણું ખાંતે કરી, કારણ પોતે ના પ્રીછાય જો. આ૦ ૫  
એમ વિષયમાં આનંદ જે કહે, તે નર શ્વાનસમા કહેવાય જો;  
વિષયો નિદ્રામાં રહેતા નથી, પણ આનંદનો અનુભવ થાય જો. આ૦ ૬  
એથી સહજ સમાધીને વિષે, ઉપજે આનંદ કેરા ઓધ જો;  
એવો અક્ષય આનંદ માણુવા, સદાય કરવો સાચો જોગ જો. આ૦ ૭  
આનંદ વિષયોનો સઘળો વદે, ઇન્દ્રાદિકે અજપદ કૈલાસ જો;  
છાંટમ બ્રહ્માનંદ જેને મળ્યો, તે તો ન કરે કેાઇની આશ જો. આ૦ ૮



## ૯૪-સૌ છે એનું એ.

( લેખક:-કલ્યાણજી વિકૃલભાઈ મહેતા )

### અંજની ગીત

દેશતણા દીવા પ્રગટાવ્યા, દેશમહીં હીરા નીપજાવ્યા;  
અણમૂલાં રત્નો કંઈ દીધાં, માતા એની એ.  
રામ અને દેવાંશી કૃષ્ણ, સત્વતધારી હરિશ્ચંદ્ર;  
સતી સીતાને દમયંતીની, જનની એની એ.  
શંકર ગર્ભિતમ ને ગર્ભરાંગ, નાનકે વીર વિવેકાનંદ;  
ધરમપ્રચારક ભક્તવરોની, ભૂમિ એની એ.  
વીર પ્રતાપ પૃથુ શિવાજી, ચાંદબીબી ને ભક્ષ્મી જેવી;  
યુદ્ધવિશાલ વીર દેવીની, જન્મભૂમિ તે એ.  
શિયળનો શણગાર સજીને, જૈહરવ્રતમાં પ્રેમ ધરીને;  
ખળતી ખાળા ભડભડ ચેતે, જન્મભૂમિ તે એ.  
કરે ન પાછી પાની સ્વામી, સુંદરીના સૌંદર્યે મોહી;  
ક્ષત્રાણીઓ ભેટ ધરંતી, નિજ શિરની તે એ.  
દાદા ને સુરેન્દ્ર સરીખા, ગાંધી ને ગોપાળ સમાણ;  
દેશભક્તનાં કીધાં લ્હાણાં, દાતા એની એ.  
રે! ગૌરવ સૌ નષ્ટ થશે શું? સુરધતિહાસો લુપ્ત થશે શું?  
ઉઠો, જાગો, પ્રાપ્ત કરોને, સૌ છે એનું એ.



## ૯૫-ગૃહદેવીઓનું મંગળ ગીત

( લેખક:—નર્મદાશંકર બાલાશંકર પંડ્યા )

અમે સ્નેહ ને સૌજન્યકેરી દેવીઓ રે લોલ;  
અમે સ્વર્ગથી સંસારતટે ઉતર્યા રે લોલ.  
અમે શાન્તિ ને આનંદ બધે રેલીએ રે લોલ;  
અમ હાસ્યમાં તો તેજના અંબાર છે રે લોલ.  
અમે વાણીથી સ્વર્ગસુધા રેડીએ રે લોલ;  
અમ નેણુમાંથી પ્રેમની ધારા ઝરે રે લોલ.  
અમે ધાત્રીઓ સંસારની કહેવાઈએ રે લોલ;  
અમે વીર કાંઈ ઉછૂંગમાં હુલાવીએ રે લોલ.  
અમ ઉરથી અમૃતની શેરો ઝરે રે લોલ;  
અમી પાઇને દેવાંશીઓ ઉછેરીએ રે લોલ.  
અમે વિશ્વના સંતાપ સર્વ ફેડીએ રે લોલ;  
તપ્યા માનવીને છાંય શીળી આપીએ રે લોલ.  
હુઃખી માનવીનું શિર અંક રાખીએ રે લોલ;  
અમે ઉતર્યા રેતાનાં આંસુ લૂછવા રે લોલ.  
અમ હાસ્યથકી શોભતો સંસાર છે રે લોલ;  
અમે વિશ્વમાં સૌન્દર્યના અવતારશાં રે લોલ.  
અમે કાન્તની માનીતી ગૃહદેવીઓ રે લોલ;  
અમે રાજી તો પ્રભુ સદા પ્રસન્ન છે રે લોલ.  
અમે સ્વર્ગને સંસારમાં ઉતારીએ રે લોલ;  
અમે સ્નેહ ને સૌજન્ય કેરી દેવીઓ રે લોલ.



## ૯૬—કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

( લેખક:—કવિ શ્રી દરિશંકર શર્મા )

દેખ દીનતા આર્યજાતિ કી, હોતા દુઃખ મહાન !  
સંકટ સહ સહ સિસક રહી હૈ, હા ! હા !! ઋષિસંતાન !

નષ્ટ હો ગયે સભી સુખ-સાજ

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

ગાય, વિપ્ર, અબલાઓંપર હા ! હોતે અત્યાચાર !  
વીર કહાનેવાલો કાયર, સોચે પાંચ પસાર !

બચાવે કૌન આજ હા લાજ ?

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

દૂધ, દહીં, પટ, અન્નાદિક સે ભરે રહે ભંડાર,  
પર અખ ટુકડે, ઔર ચીથડે તકે કો હૈ લાચાર;

બન ગયે ઔરોં કે મહતાજ

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

કિસી સમય જગતીપર જિનકા દમકા દિવ્ય દિનેશ,  
આજ વીર બનને કી ક્ષમતા રહી ન ઉનમેં શેષ;

કહો ફિર કૌન કહે સરતાજ

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?

મંદિર, મૂર્તિ, મઠોંપર ફિર સે હોને લગે પ્રહાર,  
ચોટી ઔર જનેઉ બચના હુવા હાય ! દુરવાર;

પુકારે પીડિત પડા સમાજ

કહાં હૈ વીર શેર શિવરાજ ?



# ઉત્તમ અને સસ્તું સાંત્ય

## અતિ ઉત્તમ ધાર્મિક ગ્રંથો

ગ્રંથનું નામ	પૃષ્ઠ	કદઘન	મૂલ્ય
સંપૂર્ણ મહાભારત-શુદ્ધ ગુજરાતી ભાષાંતર ૫૨૦૦	૬૧૧૧	૧૦	૩૬)
શ્રીવાલ્મીકિ રામાયણ-૩૨ ચિત્રોસાથે.....	૧૩૨૦	૬૧૧૧	૬)
તુલસીકૃત રામાયણ-૪૦ ચિત્રોસાથે .....	૧૩૫૦	,,	૬)
મહાભારતનું શાંતિપર્વ-નવી આવૃત્તિ.....	૬૦૦	,,	૫)
ગિરધરકૃત શુદ્ધ રામાયણ ... ..	૭૮૪	૫૧૧૧	૨૧
અખાની વાણી-મનહરપદ સાથે ... ..	૫૦૦	૫૪૮	૧૧
પ્રીતમની વાણી-સર્વથી મોટા સંગ્રહ.....	૪૨૦	૫૪૮	૧૧
છાટમની વાણી-ગ્રંથ ૧ લો.....	૨૬૪	,,	૧)
છાટમની વાણી-ગ્રંથ ૨ જે તથા ત્રીજો છપાય છે. સત્વર બહાર પડશે.			
ધર્મતત્ત્વ-અકિમચરિત્રસાથે ... ..	૨૪૮	૫૧૧૧	૦૧૧
યોગતત્ત્વ ... ..	૩૮૪	,,	૧૧
શ્રીયોગવાસિષ્ઠ-મહારામાયણ જે ભાગમાં. ....	૧૬૦૦	૬૧૧૧	૧૦)
મહાભારતનાં આદિ અને સભાપર્વ(૧લી આવૃત્તિ).....	૬૦૦	૬૧૧૧	૨)
શ્રીદાસબોધ-નવી આવૃત્તિ ... ..	૬૨૦	૫૧૧૧	૨૧
શ્રીજ્ઞાનેશ્વરી ભગવદ્ગીતા-નવી આવૃત્તિ ... ..	૭૦૦	૫૧૧૧	૨૧
શ્રીભગવતી ભાગવત-ઉત્તમ ભાષાંતર ... ..	૮૬૪	૬૧૧૧	૪૧
શ્રીમદ્ભાગવત-ઉત્તમ ભાષાંતર... ..	૭૦૦	૮૪૧૧	૫)
શ્રીરામકૃષ્ણકથામૃત-અને ભાગ ભેગા... ..	૬૫૦	૫૪૮	૨૧
સ્વામી રામતીર્થ-ગ્રંથ ૧ લો-ભાગ ૧ થી ૫	૫૮૦	,,	૨)
,, ,, ગ્રંથ ૨ જે-ભાગ ૬ થી ૯	૬૮૦	૫૧૧૧	૨૧
,, ,, ગ્રંથ ૩ જે-ભાગ ૧૦-૧૧	૫૨૮	૫૪૮	૨)

,,	,,	અંથ ૪ થો-ભાગ ૧૨-૧૩	૬૪૦	૫૧૧૧x૮૧	૨)
સ્વામી-વિવેકાનંદ	અંથ ૧	લો-ભા. ૧-૨-૩	૫૭૫	૫૧૧x૮	૨૧
,,	,,	અંથ ૨ જો-ભા. ૪-૫...	૬૦૦	,,	૨૧
,,	,,	ભાગ ૬ થી ૮ નોખા ...	૧૦૦૦	૫x૬૧૧૧	૩૧
,,	,,	ભાગ ૯ મો-સંપૂર્ણ ચરિત્ર	૭૪૦	૫x૬૧૧૧	૨૧૧
,,	,,	ભાગ ૧૦ મો-રાજયોગ...	૩૦૦	,,	૧૧
શ્રીભક્તચરિત્ર	અથવા ભક્તિરસામૃત	...	૪૦૮	૫x૬	૧૧૧
શ્રીભજનસાગર-નવી આવૃત્તિ...	...	...	૨૦૦	૫x૮	૦૧૧
સ્વર્ગનું વિમાન	...	...	૩૮૪	૫x૬	૧૧૧
સ્વર્ગની કુંચી	...	...	૩૭૮	૫x૬	૧૧૧
સ્વર્ગનો ખજાનો...	...	...	૩૨૪	,,	૦૧૧
સ્વર્ગનો પ્રકાશ	...	...	૩૩૬	,,	૧૧૧
ભગવદ્ગીતા-ગુજરાતી ટીકાસહિત નવી આવૃત્તિ	છપાય છે.				
ભગવદ્ગીતા-મરાઠી કે હિંદી ટીકાસહિત...	૨૩૦	૩૧x૫૧૧	૦૧		
ભગવદ્ગીતા-મૂલમાત્ર-મધ્યમ તથા મોટા અક્ષરમાં	૦૧ અને ૦૧				
પંચરત્નગીતા-મૂલમાત્ર-નાના, મધ્યમ તથા મોટા અક્ષરમાં	૦૧, ૦૧, ૦૧૧				
મહાભારત અને રામાયણ-વિષે વિચારો	...	૨૦૦	૬૧૧x૧૦	૦૧૧	
શ્રીમહાભારત વિષે-જાણવા જોગ વિચારો	...	૩૨૮	”	૧૧૧	

### ઉત્સાહ અને ચેતનાપ્રેરક પુસ્તકો

શુભસંગ્રહ-ભાગ ૧ લો...	...	૧૬૨	૫x૬૧૧૧	૦૧
શુભસંગ્રહ-ભાગ ૨ જો...	...	૭૦૦	૬૧૧x૧૦	૨૧૧
શુભસંગ્રહ-ભાગ ૩ જો	છપાય છે. સત્વર બહાર પડશે.			
આગળધસો...	...	૪૬૮	૫x૬	૧૧૧૧
આદર્શ દૃષ્ટાંતમાળા-ભાગ ૧ લો	...	૩૩૬	૫૧૧x૮	૧)૧
,,	ભાગ ૨ જો	...	૩૬૨	,, ૧૧
અંકિમનિબંધમાળા-ધર્મતત્ત્વસાથે	...	૫૬૦	૫૧૧x૮	૧૧૧૧

ભાગ્યના સૃષ્ટાઓ (સાદું પૂંકું) ... ..	૭૨૦	૫૪૬૧૧	૧૧
સુખ, સામર્થ્ય અને સમૃદ્ધિ.... ..	૫૫૨	„	૧૧

### ઇતિહાસ અને વૈદકસંખ્યાંધી ઉપયોગી પુસ્તકો

રાજસ્થાનનો ઇતિહાસ-એ મોટા અંશેમાં ... ..	૧૫૩૦	૬૧૧૧×૧૦	૧૦)
આર્યભિષક્ અથવા હિંદનો વૈદ્યરાજ ... ..	૭૦૦	૬૧૧૧×૧૦	૪)
આરોગ્યવિષે સામાન્ય જ્ઞાન-ગાંધીજીકૃત ... ..	૧૪૦	૫૪૬૧	૦૧

### બોધદાયક ઉત્તમ જીવનચરિત્રો

દાનવીર કાર્નેગી ... ..	૪૦૦	૫૪૪૮	૧૧૧
શ્રીભક્તચરિત્ર ... ..	૪૦૮	૫૪૬૯	૧૧૧
મુસ્લીમ મહાત્માઓ ... ..	૫૯૨	૫૧૧૧×૮૧	૧૧૧૧
કાઉન્ટ ડૉલ્ફસ્ટોયનું જીવનચરિત્ર... ..	૬૨૦	૫૧૧૧×૬	૨૧૧
મહાન નેપોલિયન બોનાપાર્ટ ... ..	૮૪૦	૫૧૧૧×૮	૩)
સ્વામી રામતીર્થની જીવનકથા ... ..	૬૪૦	„	૨)
સ્વામી વિવેકાનંદનું સંપૂર્ણ જીવનચરિત્ર ... ..	૭૪૦	૫૪૬૧૧૧	૨૧૧
મહાન સમ્રાટ અકબર... ..	૩૫૨	૫૧૧૧×૮૧	૧૧
શ્રી શિવાજી હત્રપતિ ... ..	૫૨૮	૫૧૧૧×૬	૨૧
વીર દુર્ગાદાસ... ..	૨૪૦	૫૪૪૭	૦૧૧૧
ભારતનાં સ્ત્રીરત્નો-અંથ ૧ ભો } ... ..	૨૧૦૦	૫૧૧૧×૮૧	૬)
„ „ અંથ ૨ ભો } છુટક દરેક ભાગના ૩.૨૧૧ }			
„ „ અંથ ૩ ભો }			

### સ્ત્રીઓ તથા પુરુષોમાટે બોધપ્રદ વાર્તાઓ

હુન્કીવાર્તાઓ-ભાગ ૧ થી ૪ ભેગા ... ..	૬૦૦	૫૪૬૯	૨)
હુન્કીવાર્તાઓ-ભાગ ૫ મો. ૨૮ સાંસારિક વાતો ૩૦૪	૫૪૬૧૧૧	૦૧૧૧	~
હુન્કીવાર્તાઓ-ભાગ ૬ થો-બોધપ્રદ ૨૭ વાતો ... ..	૩૬૦	„	૧)
હુન્કીવાર્તાઓ-ભાગ ૭ મો-અનેક વાતો ... ..	૨૫૦	„	૧૧૧

દયાળુ માતા અને સદ્ગુણી પુત્રી ... .. ૧૬૦ ,, ૦

### બાળકોમાટે ખાસ ઉપયોગી પુસ્તકો

સદ્ગુણી બાળકો-૬૯ બનાવેતો સંગ્રહ ... ૧૨૮ ૫૪૭ ૦

બાળસંબોધ-વાર્તાઓરૂપે ધાર્મિક શિક્ષણ... ૧૧૨ ૫૪૬ ૦

બાળકોની વાતો-૨સિક વાતચીતરૂપે ૨૧ પાઠ ૯૬ ,, ૦)૩

દુઃખમાં વિદ્યાભ્યાસ-સચોટ સાચાં દર્શાવે... ૯૦ ૫૧૪ ૦

સુબોધક નીતિકથા ... .. ૧૮૪ ૫૪૭ ૦

### ચિત્રો અને ચિત્રાવલીઓ

શ્રીમહાભારત ચિત્રાવલી ૨૬ ચિત્રોનો સુંદર સંગ્રહ ... .. ૧

શ્રીરામાયણ ચિત્રાવલી ૩૬ ,, ,, ,, ... .. ૧

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણમુરારી ( ત્રિરંગી ) ... .. ૧૪૪૨૨ ૦)૩

દ્રૌપદી વસ્ત્રાહરણ ( ત્રિરંગી ) ... .. ૧૪૪૨૨ ૦)૩

ઉપરની ચિત્રાવલીઓનાં છૂટક ચિત્રો પણ મળશે.

### મંગાવનારને खास सूचना

૧-પોસ્ટેજ ઉપરાંત રજીસ્ટર તથા વી. પી. ખર્ચ પણ રૂ. ૧૦ સુધીનું રૂ. ૦૧ જૂદું લાગે છે. ૨-મંગાવેલામાંનાં જે પુસ્તકો ન આપે તે ખલાસ સમજવાં. ૩-પૂરું મૂલ્ય પ્રથમથીજ મોકલીને દર્શોક રૂ. ન પુસ્તકો રેલરસ્તે મંગાવવાથી વધારાના પેકીંગ ખર્ચ રૂ. ૦૧ ચદશે તો પણ કુલ ખર્ચ બહુ ઓછો આવશે. ૪-મહાભારત સાથે રૂ. ૧૦૦)નાં અથવા મહાભારત સિવાયનાં રૂ. ૨૫) નાં પુસ્તકો લેનારને અમદાવાદમાં ૧૨૧૧ ટકા કમીશન મળશે અને મહાભારત સાથે ૩૦૦) ન અથવા તે સિવાયનાં ૧૦૦) નાં લેવાથી ૧૫ ટકા મળશે.

**સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય-અમદાવાદ અને મુંબઈ**



ઉત્તમ પુસ્તકો જૂન કિંમતે પૂરાં પાડનારી, ૧૮ વર્ષથી ચાલતી

## વિવિધ ગ્રંથમાળા

દરવર્ષે ૫૫X૮ અને ૫X૯ ના કદનાં ૧૬૦૦ પૃષ્ઠનાં વિવિધ વિષયનાં ઉત્તમ પુસ્તકો પો. સાથે માત્ર ૪) અને પાકાં પૂઠાં સાથે ૫) માં મળે છે.

સં. ૧૯૮૩માં “મુસ્લીમ મહાત્માઓ” નીકળી ચૂક્યું છે. તથા “શુભ-સંગ્રહ ભાગ ત્રીજો” “છોટમની વાણી-ભાગ બીજો” અને “ભારતના વીર-પુરુષો” ની સંશોધિત બીજી આવૃત્તિ, એ પુસ્તકો થોડાજ માસમાં નીકળશે.

૧૯૮૪ માં-સંતવાણી તથા સ્વર્ગનાં પુસ્તકોમાંથી તેમજ શુભસંગ્રહ અને ટુંકી વાર્તાઓના નવા ભાગો, સલામત અને અસહકાર, ટાગોર-કૃત ભારતધર્મ, જેમ્સ એલનનાં પુસ્તકો, ભારતીય નીતિકથાઓ, સ્વામી વિવેકાનંદનો જ્ઞાનયોગ, સુબોધ રત્નાકર, વિજયકૃષ્ણ ગોસ્વામી અને ભાસ્કરાનંદ સ્વામી ઇત્યાદિ ઇતિહાસ ઇતિહાસમાંથી નીકળશે.

## આ માળાના આગલાં વર્ષોના હજી મળતા સેટ

૧૯૭૬નાં ત્રણ પુસ્તક-પૃષ્ઠ ૧૫૦૦, રૂ. ૨૫, પાકાં પૂઠાં ૩૫, સ્વામી વિવેકાનંદ ભાગ ૬-૭, ભાગ્યના સૃષ્ટિઓ, ટુંકી વાર્તાઓ ભાગ ૬૭૦.

૧૯૭૮નાં ત્રણ પુસ્તક-પૃષ્ઠ ૧૫૦૦, રૂ. ૩૫, પાકાં પૂઠાં ૪૫, ટુંકીવાર્તાઓ ભાગ ૭ મો, ક્રાઉન્ટ ટોલ્સ્ટોય, સ્વામી વિવેકાનંદનો રાજયોગ.

સંવત ૧૯૮૦ નાં ત્રણ પુસ્તક-પૃષ્ઠ ૧૬૦૦, મૂલ્ય ૪, પાકાં પૂઠાં ૫) સ્વામી રામતીર્થ ભાગ ૧૦-૧૧, નેપોલિયન બોનાપાર્ટ, અંકિમકૃત ધર્મતત્ત્વ.

સંવત ૧૯૮૧ નાં ચાર પુસ્તક-પૃષ્ઠ ૧૬૦૦, મૂલ્ય ૪, પાકાં પૂઠાં ૫) સ્વામી રામતીર્થ ભાગ ૧૨-૧૩, યોગતત્ત્વ, સ્વર્ગનો પ્રકાશ, આદર્શ દૃષ્ટાંતમાળા.

સંવત ૧૯૮૨નાં પુસ્તકો:-દાનવીર કાર્નેગી, શુભસંગ્રહ ભા. ૨જો, રામાયણ અને મહાભારતવિષે વિચારો, આદર્શ દૃષ્ટાંતમાળા ભાગ ૨જો.

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય-અમદાવાદ અને મુંબઈ

# દરેક ધરમાં તીજેરી

આપણા ચોરો હોંશિયાર થવા લાગ્યા છે અને તીજેરીઓ ફાડવા માંડી છે, એ સૌ કામ જાણે છે. એવા ચોરોની ચાલાકીથી બચવાને ગોદરેજે નવી જાતની પોતાની પેટન્ટ કરેલી શોધની ચોરનાં હથિયાર તેમજ આગ સામે ટકે એવી તીજેરીઓ બનાવવા માંડી છે. એ તીજેરી માપમાં ૧૪ ઇંચ ઉંચી, ૧૮ ઇંચ પહોળા અને ૧૫ ઇંચ ઊંડી છે. ચોર તેમજ આગ સામે ટકે એવી હોવા છતાં કિંમત ફક્ત રૂ. ૯૦ છે. દરેક ધરમાં વપરાય એવા હેતુથી મોટી સંખ્યામાં બનાવવામાં આવી છે અને તે કારણે નાની કિંમતે વેચી શકાય છે. એ તીજેરી કપાટની અંદર રાખી શકાય એવી છે. એ તીજેરીઓ તેમજ હાલમાં બનાવવા માંડેલી પેટન્ટ કરેલી શોધની મોટી સાડા છ ફુટ ઉંચી બે દરવાજાની શાભાયમાન લોખંડની કપાટ જોનાર કોઈકેજ એવા હોય છે કે જે ખરીદવાનું મન કરે નહિ.

**ગોદરેજનું કારખાનું** { કારખાનું—એસ કંપની પાસે-પરેલ-મુંબઈ  
{ દુકાન—વિઠ્ઠલવાડીના નાકે-કાલ્યાદેવી

ગોદરેજના શુદ્ધ તેલના નંબર ૩ વાળા નવા અને સસ્તા

## નહાવાના સાબુ

ત્રણ મોટી ગોરીના ઑક્સના ૧૦ આના. આ નંબર ૩ વાળા સાબુ પણ નંબર ૧ અને ૨ વાળા સાબુની માફક શુદ્ધ તેલના અને છે અને કોઈ પણ જાતના બળ વિનાના હોય છે.

નંબર ૧ અને ૨ માં લોખાનનો અર્ક વગેરે નાખવામાં આવે છે તેથી તે મોંઘા હોય છે.

નંબર ૩ માં તેવું કશું નહિ હોવાથી સસ્તા હોય છે.

એસ્થેનેડ રોડ, કોટ,  
મુંબઈ

} સોલ એજન્ટ  
નાદરશાહ પ્રિન્ટર એન્ડ કંપની.

## ‘કોઈ એક જણે જગમાં જન્મી’

કોઈ એક જણે જગમાં જન્મી, કોઈ કોઈ સુંદર સુંદર  
 કોઈ એક જણે નિજ માનવબંધને, સદાય કરી આશી  
 કોઈ એક જણે ગાઇ ગીત મધુર, કંઈકના હૃદયને શ  
 કોઈ એક જણે પ્રકટાવી પ્રસન્નતા, અન્યના હૃદયનું દુ  
 કોઈ એક જણે મહાવપદવિષે, કરી સદાય સાર્થક મિત્રવ  
 કોઈ એક જણે શબ્દ શ્રવણ કર્યો, નિજ આતિતનો ઉપકા  
 કોઈ એક જણે જઈ એકાંતમાં, નિજ સ્વરૂપતણું રૂંધ્યા  
 કોઈ એક જણે ‘દિશસેવા’ કરે, એવું સાચા હૃદયનું વચન  
 કોઈ એક જણે નિજ ધર્મને કાળ, અધર્મોપ્રાંત યુદ્ધને  
 કોઈ એક જણે નિજ જીવન ગાળ્યું, તપાદિમાં એકાંતે શાંતિલયું  
 કોઈ એક જણે વ્યવહારે રહી, સાચા સાધનથી સાધી ઉત્તમતા;  
 કહેા બંધુ! વિચારી મને તો જરા, એવા ‘કોઈ એક જણે’ તે તમે શું હત

શ્રીઉપેન્દ્ર

## સુળો, જાગો, ઓ બંધુ ! એ માર્ગ સજો.

બંધુ જુઓ જરી ઉક્ત વાણી તમે, કોઈ ધારો-હૃદયમાં પ્રેમ  
 બંધુ ‘એમાંના એકાદ’ બનવા ચહો, તો શું શક્ય નથી? એ વિચારે  
 બંધુ સત્ય આ વાત-હૃદયમાં ધરો, નહીં થઇ શકશે ‘એવા એ  
 બંધુ એકજ વાતનું કામ એમાં, તેહ આતુરતા તમ-હૃદય  
 બંધુ આઠ ભાસે બહે લક્ષ કદી, તોય તેથી ન દારવું હદ  
 બંધુ પક્ષ તમારો છે સખળ બહુ, ખુદ સત્યનો સદાયક આ  
 બંધુ સદગુણ સંપત્તિ સાથે હશે, હરિ તેલથી દૂર ન વાત  
 બંધુ સ્વાર્થ સાધો પ્રભુપ્રાપ્તિણો, કાં તો દિન દુઃખીતણી સે  
 બંધુ ઉભયતણું ફળ આખર એક, તે મહાપદ લહી થઇ મુક્ત  
 બંધુ તન ધન આદિ છે ક્ષણિક બંધાં, ઉપયોગ કરી દ્યોને તેહ  
 બંધુ વીજને ઝબકે પરાવી દ્યો મોતીને, સત્ય જીવનધન પ્રાપ્ત  
 ખરી શુદ્ધિ એમાં, ખરો સ્વાર્થ એમાં, અન્ય શુદ્ધિ કબુદ્ધિ લહીને  
 એમ સંત કહે જગ સર્વ તણા, સુણો, જાગો, ઓ બંધુ! એ માર્ગ સજો.

